

النظري والعملي

النظري والعملي

Amly

<http://arabicivilization2.blogspot.com>

بِهَيْئَةِ عَمَّانَ

نَظَرِيَّةٌ نَقُولُ

خريجة كلية برديج هوس بانجا
والمفتشة العامة بوزارة التربية و

خريجة كلية جلوستر بانجلترا
والمفتشة العامة بوزارة التربية والتعليم

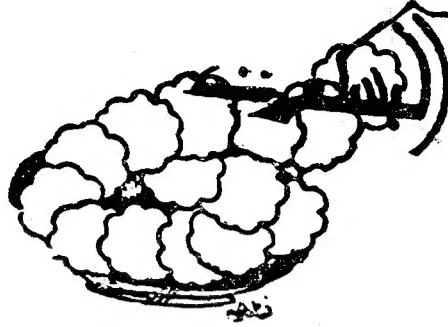
حقوق الطبع والنشر محفوظة للمؤلفتين

الطبعة الثالثة عشرة المعدلة

١٩٨١



مكتبة النهضة المصرية
لأصحابها حسن محمد أولاده
• شارع عدلي بالقاهرة •



في عمل البسكوت والكعك يجب مراعاة تحضير الآتي :

- ١ - إيقاد النار ، الفرن ، تجهيز الصواني والقوالب والمقادير اللازمة للعمل .
- ٢ - البدء في العمل في مكان بارد حتى يتيسر لنا عمل عجينة جيدة خفيفة متوسطة الليونة . وترعى الشروط السابقة إلى سرعة العمل وإدخال البسكوت والكعك الفرن بسرعة قبل أن يقل مفعول الخميرة لتسرب جزء من غاز ثاني أكسيد الكربون الذي يعمل على رفع العجينة وخفتها .

والبسكوت أصناف متعددة . ولعمله ثلاث طرق أساسية .

أولا - الطريقة البسيطة

وفيها تكون كمية المادة الدهنية المستعملة لا تزيد على نصف مقدار الدقيق .

طريقة العمل :

- ١ - ينخل الدقيق والخميرة معاً .
- ٢ - يفرك السمن أو الزبد بأطراف الأصابع إلى أن يخلط تماماً في الدقيق مع ملاحظة رفع الأيدي في الهواء في أثناء الفرك .
- ٣ - تضاف بقية المقادير الجافة للخليط السابق « السكر » مسحوق شيكولاتة - كاكو - قرفة - زنجبيل .
- ٤ - تعمل حفرة في الوسط ويمزج الجميع بالسائل « البيض أو اللبن أو الماء » ، حتى تتكون عجينة يابسة نوعاً .
- ٥ - تبسط العجينة بالنشابة إلى أن تصير رقيقة « على حسب الطلب » ، ثم تقطع أشكالاً وتخبز

بسكوت القرفة

المقادير :

بيضة ، قليل من اللبن إذا احتاج الأمر	$\frac{1}{4}$ كيلو دقيق
ملعقة شاي كبيرة من مسحوق القرفة	$\frac{1}{8}$ كيلوزبد (٣ ملاعق) أو ملعقتان سمن
$\frac{1}{8}$ ملعقة شاي خيرة بيكنج بودر	٣ ملاعق سكر بودرة ($\frac{1}{8}$ ك)

لتجميل : حلوى الماء الملونة (ص ٦٠٥) ، كزير مسكر . مربى الفراولا أو المشمش

الطريقة :

- ١ — تعمل العجينة بالطريقة البسيطة (صفحة ٥٥٦) ، ثم تفرد وتقطع دوائر وتخبز في فرن متوسط الحرارة مدة ١٥ دقيقة .
- ٢ — يترك البسكوت حتى يبرد ثم يبسط طبقة خفيفة من من المربي على بسكوتة وتلصق بالأخرى .
- ٣ — يوضع قليل من حلوى الماء الملونة في الوسط وتوضع قطعة صغيرة من السكرين بوسطها قبل أن تجف .

بسكوت القرفة بالسمن

المقادير : كمقادير بسكوت القرفة السابق ، غير أن البسكوت يجعل سطحه بالبيض والسمن الأبيض .

الطريقة :

- ١ — تشكل العجينة حلقات صغيرة مجوفة يدهن وجهها بالبيض ثم يغطى بالسمن .
- ٢ — يخبز في فرن متوسط الحرارة مدة ١٠ : ١٥ دقيقة .

بسكوت اللوز (رقم ١)

المقادير : مله ٤ ملاعق دقيق ، ملعقتان من زبد أو سمن ، مح (صفار) بيضة ، عصير ليمون ملعقة كبيرة سكر ، وماء بارد للعجن .

المشكلة: بياض بيضتين ، قليل من الفانيليا ، ملحقتان من سكر بودرة ، لوز مفري ناعم لتكوين عجينة لينة نوعا .

الطريقة :

- ١ - يعمل البسكوت بالطريقة البسيطة (صفحة ٥٥٦) .
 - ٢ - يفرد ويقطع دوائر صغيرة ثم يوضع بوسط كل واحد قليل من المشكلة .
 - ٣ - يخبز في فرن متوسط الحرارة مدة ١٥ دقيقة .
- بسكوت اللوز (رقم ٢)

المقادير :

$\frac{1}{8}$ كيلو دقيق | $\frac{1}{8}$ كيلو زبد | مح (صفار) بيض للعجن | لوز مفري غليظ أو أنصاف
مل ٢ ملحقة من سكر بودرة | بياض بيض لدهن الوجه | (للتجميل)

الطريقة :

- ١ - يعمل بالطريقة البسيطة ، ويفرد سمك $\frac{1}{8}$ بوصة ، ويقطع أو يشف على حسب الرغبة
 - ٢ - يدهن الوجه ببياض البيض ويرش السطح باللوز المفري غليظا ، أو توضع نصف لوزة بوسط كل دائرة في حالة تقطيعه مستديرات .
 - ٣ - يخبز في فرن متوسط الحرارة مدة ٢٠ دقيقة .
- بسكوت الارز

المقادير :

٥٠٠ ملعقة كبيرة ذقيق أبيض ، مح بيضة | ملحقتان من سكر بودرة
 $\frac{1}{8}$ ملحقة كبيرة ذقيق الارز ، $\frac{1}{8}$ كيلو زبد | ملحقة كبيرة من لوز أو سوداني مفري ناعم

الطريقة :

- ١ - يعمل البسكوت بالطريقة البسيطة (ص ٥٥٦) ، وإذا كانت العجينة يابسة جداً فيضاف إليها قليل من مح البيض .
- ٢ - تفرد العجينة بالشابة سمك $\frac{1}{4}$ سم وتقطع حلقات .

٣ — يغمس سطح الحلقات بالهوك و توضع في صينية مدهونة وتخبز في فرن متوسط الحرارة مدة ٢٠ : ٣٠ دقيقة .

بسكوت الشوفان (رقم ١)

المقادير :

٤ ملاعق شوفان ناعم ٢ ¼ ملعقة دقيق	من بيضة : بيضتين ١ ¼ ملعقة سكر
٢ ¼ ملعقة زبد . ذرة ملح	¼ ملعقة شاي من خميرة بيكنج بودر

الطريقة :

١ — يعمل البسكوت بالطريقة البسيطة (صفحة ٥٥٦) .

٢ — تفرد على لوحة مرشوشة بالدقيق سمك ¼ بوصة .

٣ — تقطع مربعات أو مستديرات وتوضع على صينية مدهونة

٤ — تخبز في فرن متوسط الحرارة من ١٠ : ١٥ دقيقة .

بسكوت الشوفان (رقم ٢)

المقادير :

٧ ملاعق دقيق ٤٠ ملاعق شوفان ناعم	ملعقتان كبيرتان من عسل أفرنكي
ملعقتان كبيرتان من سكر أحمر	مضاف إليهما ملعقة كبيرة من ماء مغلي
¼ ملعقة شاي من بهار أفرنكي	ملعقة شاي من بيكنج بودر

الطريقة :

١ — تعمل العجينة بالطريقة البسيطة (٥٥٦) .

٢ — تقطع قطعاً بحجم الجوز وتكرر ثم توضع في صينية وتضغط قليلاً .

٣ — توضع قطعة من اللارنج المسكر أو لوزة مقشورة متوسط كل واحدة وتضغط .

٤ — تخبز في فرن متوسط الحرارة مدة ١ ساعة .

بسكوت الزنجبيل

المقادير :

$\frac{1}{4}$ كيلو دقيق ، $\frac{1}{4}$ ملعقة زبد ، $\frac{1}{4}$ ملعقة سكر | ٣ ملاعق شاى مسطحة زنجبيل بودرة
ملعقة شاى من خميرة بيكنج بودر | ملعقتان كبيرتان من عسل Treacle يدافأ قليلا

الطريقة :

- ١ - يعمل البسكوت بالطريقة البسيطة (ص ٥٥٦) ويعجن بالعسل الدافى .
- ٢ - تفرد العجينة بالنشابة وتقطع ، أو تشكل بحجم عين الجمل كما فى بسكوت الشوفان رقم ٢ تخبز فى فرن متوسط الحرارة مدة ١٠ : ٢٠ .
بسكوت جوز الهند

المقادير :

مل ٨٠ ملاعق دقيق ، ٣ ملاعق زبد أو ملعقتان سمن | ٤ ملاعق سكر . مح ٣ بيضات للعجن
ملعقة صغيرة من خميرة بيكنج بودر | ٤ ملاعق جوز هند مبشور . قليل من الفانيليا

الطريقة :

- ١ - يعمل البسكوت بالطريقة البسيطة (ص ٥٥٦) ، وتفرد العجينة سمك $\frac{1}{4}$ سم و أشكالا على حسب الرغبة . يدهن الوجه بياض البيض ويرش بجوز الهند
- ٢ - يتخبز فى فرن حار نوعاً من ٢٠ : ٣٠ دقيقة .
بتون ساليه ، بسكوت بالكمون ،

المقادير :

$\frac{2}{3}$ كيلو دقيق . ملح - كون | ملعقتان شاى خميرة بيكنج بودر
 $\frac{2}{3}$ كيلو سمن . بيضتان | كوب لبن للعجن مسمم وكمون للوجه
الطريقة :

- ١ - تعمل العجينة بالطريقة البسيطة (ص ٥٥٦) .

٢ - تشكل أصابع مستطيلة متساوية ويدهن وجهها باللبن أو البيض ثم يرش الوجه بالسمن فقط أو بالكُمون فقط أو بكليهما ، يخبز في فرن متوسط الحرارة .

بسكوت مملح بالبطاطس

المقادير :

ملعقة كبيرة من كُمون ناعم	٢ كيلو دقيق ، ملعقة شاي من ملح
مع ٣ بيضات	١ كيلو بطاطس مسلوقة مفروى ناعماً
كوب سمن سائخ	١١/٢ ملعقة شاي خميرة بيكنج بودر

الطريقة :

- ١ - ينخل الدقيق والملح والخميرة ويضاف إليه الكُمون .
- ٢ - يضاف السمن السائخ الدقيق ويفرك بأطراف الأصابع (طريقة بسيطة)

صفحة ٥٥٦ .

- ٣ - يضاف البطاطس ويخلط الجميع جيداً . يعجن بمح البيض عجينة يابسة .
- ٤ - تفرد العجينة سمك ١ سم وتقطع مستديرات صغيرة أو أصابع كالبتون ساليه وتخبز في فرن متوسط الحرارة .

شورت برد Short Bread

المقادير :

(رقم ٣)	(رقم ٢)	(رقم ١)
١/٢ كيلو زبد	٣ ملاعق كبيرة دقيق (ك)	٤ ملعقة كبيرة دقيق
١/٨ كيلو زبد	د مسحوق الأرز	١١/٢ ملعقة كبيرة مسحوق الأرز
١١/٢ ملعقة سكر	٣ قطع من الزبد بحجم البيضة (١/٨ ك)	٤١/٢ قطع من الزبد بحجم البيضة
	١١/٢ ملعقة كبيرة سكر بودر	٤ ملاعق كبيرة مسطحة لوز مفروى
	ذرة من بيكر بونات الصوديوم	ملعقتان كبيرتان سكر بودرة

الطريقة :

- ١ - تخطط المقادير الجافة (عدا اللوز) وتنخل ثم يضاف إليها اللوز كما في المقدار رقم ١

(٣٦ - الطهي)

- ٢ - تعصر الزبد في شاشة ثم تضاف المقادير الجافة وتدعك معها جيداً حتى تتكون عجينة يابسة وتلت باليد جيداً حتى تنعم .
- ٣ - تقسم العجينة قسمين ويبسط كل قسم مستديراً باليد على صينية فرن سمك ٢ سم .
- ٤ - ينحرم الوجه وتزخرف الحواف بالشوكه وتترك العجينة بالصينية مدة ١ ساعة .
- ٥ - تزدج في فرن متوسط الحرارة من ٢٠ : ٤٠ دقيقة .

بسكوت الجبن

المقادير :

ملء ٢ ملعقة كبيرة دقيق قطعة من الزبد بحجم البيضة | مع بيضة : بيضتين ، ملح - فلفل أحمر
٤ ملاعق كبيرة مسطحة جبن رومى مبشور | ¼ ملعقة شاي من مستردة بودرة

الطريقة :

- ١ - يعمل بالطريقة البسيطة (صفحة ٥٥٦) ثم تفرد العجينة سمك ¼ بوصة .
- ٢ - تقطع دوائر صغيرة نوعاً بالمقاطع وينحرم وجهها أو تقطع كهيدان الكبريت ثم تعمل بعض من الحلقات المستديرة المخوفة الوسط (كعك) .
- ٣ - تخبز في فرن متوسط الحرارة حتى تنضج .

طرق التقديم :

- ١ - تعمل مجاميع من عيدان البسكوت وتوضع كل مجموعة بداخل حلقة وترص في صحن على ورقة وترتب وتجميل بالمقدونس .
- ٢ - تجميل الحلقات المستديرة بقليل من أحد الأصناف الآتية :
- (أ) ¼ كوب كريمه مخفوقة تضاف إليها ملعقة كبيرة من جبن رومى مبشور .
- (ب) ¼ كوب كريمه مخفوقة تضاف إليها ملعقة حلو من جبن رومى مبشور وملعقة حلو من كرفس أبيض مفرى ناعماً .

الطريقة : يوضع الخليط المختار على البسكوت بملعقة صغيرة بشكل هرمي ويحمل

بورقة صغيرة من المقدونس أو الكرفس أو يضغط الخليط على البسكوت

باستعمال بلبله منقوشة على هيئة وردة وتجميل بورقة أو عرق مقدونس صغير .

بسكوت بالأنشوجة

الطريقة: كقادير بسكوت الجبن السابق ويستبدل بالمسردة نصف ملعقة شاي من روح

الأنشوجة ، تشتري في زجاجات Ancrovy Essence ،

الطريقة:

- ١ - كالسابقة ، غير أن العجينة المفرودة تقطع دوائر فقط .
- ٢ - تخبز في فرن متوسط الحرارة حتى تنضج ثم تبرد وتجمل بالطريقة الآتية :
(أ) يجمل السطح بوردة أو بشرائط من حشو البيض بالأنشوجة (صفحة ٤١٧)
(ب) يجمل السطح بخلط من السردين الممبوك بالزبد والمقدونس ، فيوضع الخليط بملقعة صغيرة بشكل هرمي ويجمل بالمقدونس .

بسكوتات باللبن

تعجن هذه الأنواع باللبن ، أو الكريمة ، ويستغنى حينئذ عن استعمال البيض وهذه الأنواع صالحة للأفراد الممنوع عنهم أكل البيض .

بسكوت باللبن

المقادير : ٣ ملاعق كبيرة دقيق . ملعقة كبيرة مسطحة زبد . $\frac{1}{4}$ كوب لبن . $\frac{1}{4}$ ملعقة شاي من خميرة بيكنج بودر . ذرة ملح .

الطريقة:

- ١ - تنخل المقادير الجافة ، يسيح الزبد ويضاف إليه اللبن .
- ٢ - يعجن الدقيق عجينة ناعمة يابسة .
- ٣ - تفرد على لوح مرشوش بالدقيق سمك $\frac{1}{8}$ بوصة ثم تخرم بشوكة .
- ٤ - تقطع دوائر وتوضع على صينية مدهونة .
- ٥ - تخبز في فرن متوسط الحرارة من ١٥ : ٢٠ دقيقة .

بسكوت بالكريمة

المقادير : $\frac{1}{4}$ كيلو دقيق ، من ١ : $\frac{1}{4}$ ملعقة كبيرة زبد قليل من الملح ، كريمة للعجن

الطريقة :

- ١ - ينخل الدقيق ويضاف إليه الملح .
 - ٢ - تفرك الزبد في الدقيق (طريقة بسيطة) ص ٥٥٦
 - ٣ - يعجن بالكريمة عجينة يابسة . تلت العجينة جيداً مدة ٥ دقائق .
 - ٤ - يفرد رفيعاً ويخرم سطحها بشوكة ثم تقطع دوائر .
 - ٥ - توضع على صينية ساخنة ويخبز في فرن حار .
- ملحوظة : يقدم هذا النوع عادة مع الجبن في نهاية قائمة الطعام .

بسكوت السمسم

المقادير : ملء ٣ ملاعق كبيرة دقيق ($\frac{1}{8}$ ك) ، ملعقة كبيرة مسطحة سم ، ملعقة كبيرة

سكر ناعم ، سمسم للوجه $\frac{1}{4}$ ملعقة شاي من كربونات النوشادر ، $\frac{1}{4}$ كوب لبن
حليب ، فانيليا .

طريقة :

- ١ - ينخل الدقيق ، يذاب السكر في اللبن ، وتضاف إليه كربونات النوشادر ويقلب جيداً ، وتضاف الفانيليا .

- ٢ - يعجن اللبن بالدقيق عجينة متوسطة الليونة .
 - ٣ - يسخن السمسم بشرط ألا يقدح ، ويضاف للعجينة وتعجن ثانياً .
 - ٤ - تقطع العجينة قطعاً متساوية وتشكل كالإصبع وتدرج على السمسم .
 - ٥ - توضع على صينية مدهونة بالسمسم وتزج في فرن متوسط الحرارة حتى تنضج
- ثانياً - الطريقة الدسمة

طريقة العمل .

- ١ - يدعك الزبد جيداً بملعقة خشب .
- ٢ - يضاف إليه السكر الناعم ويرب جيداً حتى يصير كالقشدة .

٣ - يضاف السائل الممزوج بالفانيليا والدقيق الممزوج بالخيرة بالتبادل إلى أن يفتى مقدار الدقيق وتكون عجينة يابسة .

٤ - تبسط باللشابة كالطريقة السابقة وتقطع على حسب الطلب ثم تخبز .
الخبز : يخبز البسكوت عادة في فرن حار مدة قصيرة .
بسكوت الليمون

المقادير :

$\frac{1}{8}$ كيلو دقيق (مل ٦ ملاعق) | ٣ ملاعق كبيرة سكر ($\frac{1}{8}$ ك) | قليل من البهار الأفرنجي
 $\frac{1}{8}$ كيلو زبد أو سمن | بيضة كبيرة ، بشر (قشر) ليمونة (ويمكن الاستغناء عنه)

الطريقة :

- ١ - يعمل بالطريقة الدسمة السابقة ويجب أن تكون العجينة يابسة صالحة للفرد .
- ٢ - يفرد سمك ١ سم ويقطع بالمقاطع أو يبرم ويشكل على هيئة عجينة أو على حسب الرغبة
- ٣ - يدهن الوجه بالبيض ويخبز في فرن متوسط الحرارة من ١٠ : ١٥ دقيقة ثم ينضج ويحمر لونه نوعاً .

بسكوت الزنجبيل

المقادير :

$\frac{1}{8}$ كيلو دقيق (٦ ملاعق) | $\frac{1}{8}$ كيلو سكر ناعم (٣ ملاعق) | ذرة ملح
 $\frac{1}{8}$ كيلو زبد أو سمن | ملعقة شاي مسحوق الزنجبيل | بيضة كبيرة

الطريقة :

- ١ - يعمل البسكوت بالطريقة الدسمة (صفحة ٥٥٤) وتفرد العجينة باللشابة سمك $\frac{1}{4}$ بوصة ويخزم سطحها قليلاً .
- ٢ - تقطع مستديرات مشرشرة الحافة أو سادة ويخبز في فرن متوسط الحرارة أو يقطع بعضها دوائر وبعضها حلقات ، وبعد الخبز والتبريد يوضع قليل من المربي وسط المستدرو وتغطي الحلقة لتظهر المربي ثم يرش السطح الباقي بقليل من السكر الناعم

بسكوت بالهار

المقادير :

بيضة أو بيضتان	بشر ليمونة	$\frac{1}{4}$ كيلو دقيق
$\frac{1}{4}$ ملعقة شاي بهار أفرنكي	$\frac{1}{8}$ كيلو سكر (٣ ملاعق)	$\frac{1}{8}$ كيلو زبد

الطريقة :

- ٢ — يعمل بالطريقة الدسمة (ص ٥٦٤) تفرد العجينة وتقطع دوائر أو أشكال مختلفة .
 - ٢ — تخبز في فرن متوسط الحرارة من ١٠ : ١٥ دقيقة .
- بسكوت الشيكولاتة

المقادير :

٤ ملاعق كبيرة مسطحة شيكولاتة	$\frac{1}{4}$ كيلو دقيق
مبشورة	٤ قطع من الزبد بحجم البيضة بيضة
٣ ملاعق سكر ناعم ($\frac{1}{8}$ كيلو)	واحدة .

الحشو : مربى أو مربى وعين جمل مفري .

للتنظيف : تغطى بحلوى الشيكولاتة (٦٠٥ أو ٦٠٧) .

الطريقة :

- ١ — تعمل بالطريقة الدسمة (ص ٥٦٤) وتفرد وتقطع دوائر وتخبز في فرن متوسط الحرارة ، ثم توضع على منخل حتى تبرد .
 - ٢ — تغطى بسكوتة بطبقة من الحشو ثم تغطى بالآخرى .
 - ٣ — يغطى السطح بحلوى الشيكولاتة ويخفف بقطعة عين جمل وانجيلسكا .
- بسكوت الارز

المقادير :

بيضة	٣ قطع من الزبد بحجم البيضة	٣ ملاعق دقيق ($\frac{1}{8}$ كيلو)
٣ ملاعق سكر بودرة	أو ملعقتان سمن	٣ ملاعق مسحوق الارز $\frac{1}{8}$ ك
($\frac{1}{8}$ ك) قليل من الفانيليا		

الطريقة :

- ١ - يعمل بالطريقة الدسمة (ص ٥٦٤) ويفرد سمك $\frac{1}{4}$ بوصة ثم يختم السطح بشوكة
 - ٢ - يقطع بالمقاطع مستديرات وتخبز في فرن متوسط الحرارة .
- بسكوت لانكشير

المقادير :

ملعقتان كبيرتان من الدقيق	ملعقتان كبيرتان مسحوق الأرز أو كورن فلور
ملعقتان من سكر ناعم قطعان	Corn Flour . قليل من الفانيليا
من الزبد بحجم البيضة - بيضة واحدة	$\frac{1}{4}$ ملعقة شاي خيرة بيكنج بودر

الطريقة :

- ١ - يعمل بالطريقة الدسمة (صفحة ٥٦٤) ويشكل قطعاً بحجم البندقة ويضغط عليها قليلاً .
 - ٢ - يخبز في فرن هادئ ، ثم يترك حتى يبرد .
 - ٢ - يلمس كل اثنين بالمرتب ويمكن تجميل الحوافي بالفستق المفري .
- بقى فور

المقادير :

$\frac{1}{4}$ كوب سمن	كوبان من دقيق	ملعقة شاي خيرة بيكنج بودر
$\frac{3}{4}$ كوب سكر ناعم	بيضتان	فانيليا

الطريقة :

- ١ - يعمل بالطريقة الدسمة (٥٦٤) ، ويشكل على حسب الرغبة ويخبز في فرن متوسط الحرارة :
- ٢ - يزخرف باستعمال حلوى الشيكولاتة والفستق المفري .

بقى فور بالشيكولاتة

المقادير : كمقادير البقى فور السابق بإضافة ملعقتين من الشيكولاتة البودرة أو ملعقة كا كاو لمقدار الدقيق .

الطريقة : كالبقى فور السابق .

الغريبة

المقادير : مقدار من السمن $\frac{1}{4}$ مقدار من السكر الناعم ، مقداران من الدقيق ، أو على حسب الحاجة .

الطريقة :

١ — تتبع الطريقة الدسمة (صفحة ٥٦٤) مع مراعاة دك السمن جيداً حتى يبيض لونه ثم يضاف السكر .

٢ — يضاف الدقيق تدريجياً مع الاستمرار فى الدك حتى تتكون عجينة يابسة .

٣ — تشكل على حسب الرغبة وتجمل باللوز والفسق وتخبز فى فرن هادى .

أصابع أبو فروة

المقادير :

٨ ملاعق أبو فروة مسلوقة ومفروى ناعماً	$\frac{1}{4}$ ملعقة كبيرة دقيق
٣ : ٢ بيضات	$\frac{1}{4}$ ملعقة زبد
بيض ، سكر سنتر فيش للوجه	٣ ملاعق كبيرة سكر

الطريقة :

١ — تعمل بالطريقة الدسمة (صفحة ٥٦٤) ويجب أن يكون الخليط فى النهاية يابساً

يمكن فردة ، تفرد سمك $\frac{1}{4}$ سم ويدهن الوجه بالبيض .

٢ — تقطع $٥ \times ١ \frac{1}{4}$ سم ويرش سطحها بالسكر السنتر فيش .

٣ — توضع فى صينية مدهونة وتزج فى فرن متوسط الحرارة حتى تنضج .

بسكوت العيد

المقادير :

مح بيضتين ٤ ملاعق كبيرة مسطحة	حل ١٠ ملاعق كبيرة دقيق
زيب بناتي ذرة من العصفر منقوعة في	٧ قطع من الزبد بحجم البيضة
ملعقة كبيرة من ماء الورد	٤ ملاعق كبيرة سكر ناعم

الطريقة :

- ١ - تعمل الطريقة الدسمة (صفحة ٥٦٤) ويصني ماء الورد من العصفر ويستعمل ويجب أن تكون العجينة في النهاية يابسة يمكن فردها .
- ٢ - تفرد سمك ١ بوصة وتقطع أشكالاً بقطاعة مشرشرة الحافة .
- ٣ - توضع على صينية مدهونة في فرن هاديء من ١٠ : ١٥ دقيقة .

بسكوت الزيب

المقادير :

٤ ملاعق كبيرة مسطحة زيب بناتي	١ كيلو دقيق
٥ ملاعق كبيرة مسطحة لاريج	٤ قطع من الزبد بحجم البيضة
مفري أو خليط منهما	٣ ملاعق كبيرة سكر ناعم
	مح بيضة أو بيضتين

الطريقة :

- ١ - يعمل بالطريقة الدسمة (صفحة ٥٦٤)
 - ٢ - يفرد سمك ١ بوصة ويقطع بالمقاطع أشكالاً مختلفة
 - ٣ - يوضع على صينية مدهونة ويزج في فرن متوسط الحرارة من ١٥ : ٢٠ دقيقة
- بسكوت الكورن فلور

المقادير :

١/٢ ملعقة شاي بيكر بونات صوديوم	٣ ملاعق كبيرة كورن فلور ذرة ملح
٣ ملاعق كبيرة لبن للعجن	٣ ملاعق كبيرة دقيق عادي ٢ ملعقة زبد

الطريقة :

- ١ — يخلط الدقيق بالكورن فلور والبيكر بونات والملح .
 - ٢ — يخمق الزبد ثم يضاف إليه الدقيق تدريجاً مع التقليب الجيد .
 - ٣ — تعجن باللبن المعجينة يابسة وتفرد سمك $\frac{1}{4}$ بوصة ويختم سطحها بالشوكة .
 - ٤ — تقطع دوائر مربعة بحافة الوسط وتوضع على صينية مدهونة .
 - ٥ — تخبز في فرن متوسط الحرارة حتى تنضج .
- بسكوت بالمحلب

المقادير :

$\frac{1}{2}$ كילו دقيق	$\frac{1}{2}$ فنجان قهوة زيت
مل ٣ ملاعق كبيرة سكر بودرة	$\frac{1}{4}$ ملعقة شاي خميرة بيكنج بودر
٢٥٠ فنجان قهوة سمن . لبن للعجن	عدد ٣٠ حبة من المحلب مدقوقة ناعماً

الطريقة :

- ١ — يعمل بالطريقة الدسمة (صفحة ٥٦٤)
- ٢ — يفرد ويقطع أشكالاً مختلفة أو حلقات أو يبرم ويشكل أشكالاً مختلفة على حسب الرغبة . يخبز في فرن متوسط الحرارة من ١٥ : ٢٠ دقيقة

ثالثاً — الطريقة الأسفنجية

طريقة العمل :

- ١ — يضرب البيض جيداً مدة ٥ دقائق .
- ٢ — يضاف إليه السكر ويستمر في الضرب حتى يصير المزيج ثخيناً .
- ٣ — يضاف الدقيق بعد نخله وكذا المقادير الأخرى وتمزج بخفة متناهية .
- ٤ — يشكل على حسب الطلب ويخبز .

بسكوت اليانسون (رقم ١)

المقادير :

١/٢ كيلو دقيق	١/٢ ملعقة شاي من خميرة بيكنج بودر
١/٢ كيلو سكر ناعم	١/٢ د د د كربونات النوشادر
٨ بيضات	ملعقة شاي يانسون

الطريقة :

- ١ - يفصل الملح من البيض ثم يضاف السكر إلى الملح ويرب جيداً مع إضافة كربونات النوشادر .
- ٢ - ينخل الدقيق والخميرة ثم يضاف إليه اليانسون .
- ٣ - يخفق بياض البيض حتى يجمد تماماً
- ٤ - يضاف بياض البيض المتجمد والدقيق بالتبادل مع التقليب بخفة .
- ٥ - يصب في صينية مدهونة ويساوى السطح تماماً - يخبز في فرن حار .
- ٦ - تبرد الصينية تماماً ثم تقطع أصابع متساوية .
- ٧ - يعاد البسكوت المقطع في فرن هادئ حتى يتقعد .

بسكوت اليانسون (رقم ٢)

المقادير :

١/٢ كيلو دقيق	٤ بيضات
١/٢ كيلو سكر ناعم	ملعقتان شاي خميرة بيكنج بودر كوب زيت
	ملعقة حلو يانسون

الطريقة :

- ١ - يعمل بالطريقة الأسفنجية (٥٧٠) ثم تشكل العجينة على حسب
- ٢ - يدهن الوجه بالبيض أو يخبز في فرن متوسط الحرارة .

بسكوت النوشادر (رقم ١)

المقادير :

ملعقة كبيرة من كربونات النوشادر المسحوقة	١٢ بيضة ، فانيليا
$\frac{1}{4}$ كيلو سكر $\frac{1}{4}$ كيلو زبد سائح	دقيق للمعجن ($1\frac{1}{4}$ كيلو)

الطريقة : يعمل بالطريقة الأسفنجية (صفحة ٥٧٠) ويشكل على حسب الرغبة .

بسكوت النوشادر (رقم ٢)

المقادير :

$\frac{1}{2}$ كيلو دقيق $\frac{1}{8}$ كيلو سمن	ملعقة شاي خميرة بيكنج بودر
٥ بيضات . فانيليا	$\frac{1}{4}$ ملعقة شاي كربونات نوشادر
$\frac{1}{4}$ كيلو سكر ناعم	قليل من اللبن ، إذا احتاج الأمر

الطريقة :

- ١ - تضاف كربونات النوشادر للبيض ويخفق جيداً ثم يضاف السكر ويستمر في الخفق حتى يغلظ قوامه .
- ٢ - ينخل الدقيق والخميرة .
- ٣ - يدعك السمن حتى يصير كالقشدة ويضاف إليه البيض المخفوق ويقلب جيداً .
- ٤ - يضاف الدقيق تدريجاً مع التقليب الجيد حتى تتكون عجينة يابسة ويضاف إليها قليل من اللبن إذا احتاج الأمر .
- ٥ - يشكل البسكوت أشكالاً على حسب الرغبة ، ويدهن الوجه بالبيض .
- ٦ - يوضع في صينية مدهونة ويخبز في فرن متوسط الحرارة مدة ٢٠ دقيقة .

بسكوت ماري

المقادير :

٤ ملاعق زيت أو ملعقتان من زبد (٧٥ جم)	بيضتان . ٤ ملاعق لبن
ملعقة شاي صغيرة كربونات نوشادر دقيق	٢ ملعقة كبيرة من سكر ناعم

الطريقة:

- ١ - يرب البيض جيداً ويضاف إليه النوشادر ثم الزيت والفانيليا ، وإذا كان المستعمل زبدأ يخفق جيداً ثم يضاف إلى البيض .
- ٢ - يضاف السكر ويخفق الخليط جيداً .
- ٣ - يضاف الدقيق تدريجاً حتى تتكون عجينة يابسة مع استعمال مقدار اللبن المذكور
- ٤ - تفرد العجينة سمك $\frac{1}{4}$ سم ثم تقطع بالمقاطع الخاصة (مقاطع بسكوت ماري) أو تقطع مستديرات ويخرم الوجه على أبعاد ويوضع على صينية مدهونة .
- ٥ - تخبز في فرن متوسط الحرارة من ١٥ : ٢٠ دقيقة .

شكلمة اللوز

المقادير :

$\frac{1}{8}$ كيلو سكر ناعم	زلال ٢ - ٣ بيضات	كزير مسكر
$\frac{1}{8}$ كيلو لوز مطحون	فانيليا	أرز مسحوق لتغطية الصينية

الطريقة:

- ١ - يخفق زلال البيض حتى يجمد تماماً وتضاف إليه الفانيليا .
 - ٢ - يخلط السكر مع اللوز خلطاً تاماً .
 - ٣ - يضاف بياض البيض المخفوق تدريجاً لخليط السكر واللوز ويقلب الخليط بخفة حتى تتكون عجينة متماسكة لينة نوعاً .
 - ٤ - تدهن صينية بالسمن ثم تغطى بطبقة من مسحوق الأرز .
 - ٥ - يوضع الخليط في كيس ذي أنبوبة منقوشة واسعة نوعاً وتعمل منه أشكال زخرفية متباعدة . ويوضع بوسط كل واحدة قطعة من السكر المسكر .
 - ٦ - تزعج في فرن هادئ نوعاً حتى يتم نضجها ويصفر لونها .
 - ٧ - تترك في الصينية حتى تهدأ حرارتها ثم ترفع وتوضع على قاعدة سلك أو منخل بعيداً عن تيار الهواء حتى تبرد .
- ملحوظة : تحفظ في إناء مغلى لثلاث تجف بتعرضها للهواء .

شكلمة جوز الهند

المقادير :

١ كيلو جوز هند مبشور جاف	زلال ٤ بيضات . قليل من الفانيلا
١ كيلو سكر ناعم	ملعقة كبيرة دقيق

الطريقة : تعمل كشكلمة اللوز السابقة .

المكرون Macaroons

المقادير :

١ كيلو لوز مطحون	١ كيلو سكر ناعم	قليل من الفانيلا
ملعقة كبيرة دقيق أرز	زلال ٣ - ٤ بيضات	لوز مقشور للتجميل

الطريقة :

- ١ - يرب الزلال قليلا وتضاف إليه المقادير الجافة . وتعجن عجينة يابسة .
- ٢ - تدهن صينية بالسمن ويرش بطبقة من مسحوق الأرز .
- ٣ - تشكل العجينة كرات صغيرة بحجم عين الجمل وتوضع في الصينية المعدة بعيدة عن بعضها .
- ٤ - يدهن الوجه بالماء البارد وتلصق نصف لوزة أو قطعة من اللوز بوسط كل واحدة .
- ٥ - تخبز في فرن هادئ مدة ٢٠ : ٣٠ دقيقة .
- ٦ - يترك حتى يبرد نوعا ثم ينزع من الصينية .

بسكوت سافواي

المقادير : ٤ بيضات ١/٢ ، ملعقة كبيرة سكر ناعم ، روح الليمون أو الفانيلا ١/٢ كيلو دقيق .

الطريقة :

- ١ - يعمل بالطريقة الاسفنجية (صفحة ٥٧٠) .
- ٢ - ينخل الدقيق مرتين . ويضاف تدريجاً مع التقليب بخفة .

- ٣ — يوضع في كيس ذى بلبلة سادة كالشريط ويضغط على صيلية (مدهونة ومرشوشة بمسحوق الأرض الناعم) على هيئة أصابع .
- ٤ — يخرج في فرن حار ، مع ملاحظته جيداً ، لئلا يحترق .
- ملحوظة : يستعمل هذا البسكوت لعمل الشالوت روس وبعض أصناف الحلوى الباردة ، كذا يقدم مع المثلجات .

الكعك

- الكعك ثلاثة أنواع : ١ - بسيط ٢ - دسم ٣ - إسفنجي
- أولاً - الكعك البسيط
- سمى كذلك لأن كمية المادة الدهنية أقل من نصف الدقيق .

المقادير الشائع استعماله :

- | | | |
|---------------------------|------------------------|----------------|
| ١ كيلو دقيق | ١ : ٢ بيضتان | ملعقة شاي خيرة |
| ملء ٢ : ٢ ملاعق كبيرة سكر | ١ كيلو زبد ، لبن للعجن | (بيكنج بودر) |
- من ٢ : ٤ ملاعق فواكه مسكرة مقطعة مثل الزبيب والارنج والزنجبيل والسكريز الخ .
أو بهارات على حسب الرغبة مثل القرفة والكرامية والآيسون الخ .

الطريقة :

- ١ — ويجهز القالب كالاتي :
- (أ) للكعك الصغير يدهن القالب بالسمن الدافئ .
- (ب) للكعك الكبيرة يدهن القالب بالسمن الدافئ وتغطي جوانبه وقاعه بالورق السمي بورق الزبد ويتبع في تغطيته ما يأتي :
- (١) تؤخذ قطعة من الورق يزيد طولها ٢ سم على طول جدران القالب وعرضها يزيد ٤ سم على ارتفاع الجدران .
- (٢) تعمل ثلثة عرضها ٢ سم في أحد الجوانب الطويلة ويقص هذا الجزء بخطوط مائلة



طريقة تغطية جدران القالب

مقاربة نوعاً ابتداء من الحافة الخارجية حتى الخط الناتج من التلية .

(٣) تكسى الجدران بهذه الورقة التي يزيد ارتفاعها حيث ٢ سم على ارتفاع القالب ويكون الجزء المقصود فيها متجهاً إلى أسفل ليساعد على سهولة ازالته

(٤) يقاس القاع وتقص ورقة لتغطية

(٥) تدهن الجدران والقاع والورق، ثانياً بالسمن الدافئ .

٢ - ينخل الدقيق والخيرة معاً .

٣ - يفرك الزبد في الدقيق حتى يختفي وذلك باستعمال أطراف الأصابع .

٤ - تضاف المقادير الجافة ، السكر النخ ، ويمزج الجميع جيداً .

٥ - تعمل حفرة في الوسط ويصب السائل الأبيض واللبن ، ويقلب جيداً حتى تكون عجينة أشبه بالنقيطة اليابسة .

٦ - يصب الخليط في القالب المعد بحيث لا تزيد السمية على ثلثيه .

٧ - تحبز في فرن حار مدة ١٠ دقائق لانسحب الفاكهة في حالة وجودها ، ثم تهدأ الحرارة حتى يتم النضج .

٨ - يقفل باب الفرن بخفة ولا يفتح إلا قليلاً ولا يجوز فتحه مطلقاً قبل مضي العشر الدقائق الأولى .

٩ - يغطى سطح الكعك إذا أحمر وجهه قبل تمام نضجه بورقة مزدوجة مدهونة سمناً



طريقة قلب الكدك

١٠ - يخبز نضج الكعك بفرن سبخ من النحاس أو سكين رقيم في أحد جوانبها

فإذا خرج دون أن يعلق به عجین دل ذلك على تمام نضجه — كذلك يلاحظ تماسك وسط الكعك مع إحداث صوت أجوف عند ضربها .

٦١ — يقاب الغالب على منخل أو قاعدة سلك ليبرد « الكعك » بضع دقائق ، ثم ينزع الورق ويترك بعيداً عن التيار الهوائى حتى يتم تبريده .

كعك الفاكهة

المقادير :

ملعقة شاي خيرة بيكنج بودر		$\frac{1}{8}$ ك سكر ناعم (مل ٣ ملاعق)
$\frac{1}{8}$ كيلو فواكه مسكرة مفرية		$\frac{1}{2}$ كيلو زبد ، بيضة ولبن للعجن

الطريقة :

- ١ — تنج الطريقة البسيطة لعمل الكعك (صفحة ٥٧٥) .
- ٢ — يصب الخليط في قالب المعد إلى ثلثيه (قالب طوله من ٦ : ٧ بوصات) .
- ٤ — يخبز في فرن حار مدة ١٠ دقائق ثم تهدأ الحرارة حتى يتم النضج ويستغرق ذلك حوالى ساعة .

كعك بالزيب

ككعك الفاكهة السابق ، ويستبدل بالفاكهة المسكرة الزيب البناتى والدريلى .

كعك الكراوية

المقادير :

بيضتان $\frac{1}{4}$ كوب لبن		مل ٣ ملاعق كبيرة دقيق (٣٠٠ جرام) . ذرة ملح
ملعقتان شاي من خيرة بيكنج بودر		مل ٤ ملاعق كبيرة زبد (١١٥ - ١٥٠ جرام)
٣ ملاعق شاي كراوية		$\frac{1}{8}$ ك سكر ناعم (مل ٣ ملاعق كبيرة)

الطريقة :

يعمل الكعك بالطريقة البسيطة (صفحة ٥٧٥) ويخبز حوالى ساعة في فرن متوسط الحرارة .

كعك باليانسون

كعك الكراوية باستبدال اليانسون بالكراوية .

كعك بالقرفة

كعك الكراوية السابق باستبدال معلقين شاي قرفة ناعمة بالكراوية .

كعك جوز الهند

كعك الفاكه (صفحة ٥٧٧) ويستبدل ٧٥ جرام من مبشور جوز الهند الجاف بمقدار الفاكه .

الكعك الصخري

المقادير :

النوع البسيط	النوع الرافى
١ كيلو دقيق	١ كيلو دقيق
ملء ملعقة شاي	ملء ملعقة كبيرة لارنج مسكر
ملعقتان كبيرتان من زبد	مفرى لء . ملعقة شاي خيرة
خيرة بيكنج بودر	٢ : ٣ ملاعق زبد
لبن للعجن	٢ ملعقة كبيرة من بيكنج بودر
٣ ملاعق كبيرة مسطحة	سكر ناعم ٣ ملاعق
زبد بناتى	بيضة مخفوقة جيداً
	مسطحة زبد بناتى

الطريقة :

- ١ - تبسح الطريقة البسيطة لعمل الكعك (صفحة ٥٧٥) .
- ٢ - يعجن الكعك عجينة يابسة .
- ٣ - توضع العجينة على صينية مدهونة على هيئة أكوام متساوية فى الحجم أشبه بالصخرة ويساعد على ذلك استعمال الشوكة والمعلقة (١٢ : ١٦ كعكة)
- ٤ - تخبز فى فرن حار جداً مدة . : ١٥ دقيقة .

المقادير : كقدار الكعك الصخري البسيط السابق ويستغنى عن الزبد وتزاد المقادير الآتية :

بيضة ، ملعقة مسطحة لارنج مسكر مفرى ، ١/٢ ملعقة شاي روح ليمون .

الطريقة : كالكمك الصخرى وتشكل العجينة على هيئة الصخر .

كمك صخرى بالليمون

المقادير : كمقدار الكمك الصخرى البسيط السابق إلا أنه يستغنى عن الزبيب ويزاد

المقادير الآتية : بشر ليمونة ، ٢ ملعقة كبيرة لوز مفرى غليظاً نوعاً ، ٢ ملعقة

كبيرة من ليمون مسكر مفرى ، ملء ملعقة حلو مسحوق الأرز ، بيضتان .

الطريقة : كالكمك الصخرى السابق .

الكمك الصخرى بحوز الهند

المقادير : كمقدار الكمك الصخرى البسيط السابق ويستغنى عن الزبيب والخيرة

وتزاد المقادير الآتية :

١/٢ فنجان شاي متوسط جوز هند مبشور	١/٢ ملعقة شاي بيكر بونات الصوديوم
بيضنة ، ملعقة كبيرة من لبن زبادى	١/٢ ملعقة شاي كريم الطرطريك

الطريقة : كالكمك الصخرى (صفحة ٥٧٨) .

كمك بالمرابي

المقادير :

١/٢ كيلو دقيق ، ١/٨ كيلو زبد	ملعقة شاي خيرة بيكنج بودر
٢ : ملاعق كبيرة سكر ناعم ، بيضتان	مرابي العراولا - للحشو
ملعقة كبيرة من لبن	بياض بيض وسكر سنتر فيش لتجميل الوجه

الطريقة :

١ - تتبع الطريقة البسيطة لعمل الكمك (صفحة ٥٧٥) ويعجن لعجينة يابسة

٢ - تفرد العجينة ١/٤ بوصة وتقطع دوائر (حوالى ١٢ دائرة) .

٣ - يوضع مقدار ملعقة شاي من المرابي بوسط الدوائر وقبل الحافه بالماء وتجمع الأطراف وتلصق .

٤ - يوضع الكمك على صينية مدهونة بحيث يكون سطحه الأملس لأعلى .

٥ - يبط الكمك ويدهن سطحه بياض البيض ثم يرش السكر السنتر فيش .

٦ - يعمل شقان أو ثلاثة شقوق خفيفة على السطح .

٧ - يزعج الكعك في فرن حار مدة ٢٠ دقيقة .

كعك بالكريمة

المقادير :

$\frac{1}{4}$ كيلو دقيق	$\frac{1}{4}$ ملعقة شاي كريم الطرطريك
$\frac{1}{8}$ كيلو زبد (٣ ملاعق كبيرة)	ملعقة كبيرة لارنج مسكر ، $\frac{1}{8}$ كيلو زبيب
$\frac{1}{4}$ كوب لبن ، بيضة	دربلي $\frac{1}{4}$ ملعقة شاي قرقة أو مسحوق
ملعقتان كبيرتان من سكر	جوزة الطيب
$\frac{1}{4}$ ملعقة شاي بيكربونات الصوديوم	ملعقة كبيرة ماء
	ملعقة كبيرة سكر
	سترفيش

الطريقة :

١ - يخلط السكر السترفيش مع ملعقة كبيرة من الماء ويرفع على النار حتى يذوب ويحمر لونه (كريمة)

٢ - يضاف اللبن للكريمة ويقلب معها جيداً حتى يمتزجا ثم يخفق البيض جيداً ويضاف اللبن .

٣ - يفرك الزبد مع الدقيق ثم تضاف بقية المقادير عدا بيكربونات الصوديوم .

٤ - تذاب بيكربونات الصوديوم في قليل من اللبن المخلوط بالكريمة بسرعة .

٥ - تعمل حفرة في وسط الدقيق وتصب بها البيكربونات ثم باقي خليط اللبن وتعجن الكعكة لعجينة لينة .

٦ - تصب العجينة في القالب المعد ويخبز في فرن متوسط الحرارة مدة ساعة ونصف إلى ساعتين .

كعك الزنجبيل

$\frac{1}{4}$ كيلو دقيق	$\frac{1}{4}$ ملعقة شاي بيكربونات	$\frac{1}{8}$ كيلو زبد
حوالي $\frac{1}{4}$ كيلو غسل أفرنكي	الصوديوم	ملعقة شاي زنجبيل ناعم ٢ ملعقة
بيضان ، $\frac{1}{4}$ كوب لبن	$\frac{1}{8}$ كيلو سكر (٣ ملاعق كبيرة)	كبيرة زنجبيل مسكر مفري

الطريقة:

- ١ — ينخل الدقيق والزنجبيل ويكربونات الصوديوم .
- ٢ — يفرك الزبد في الدقيق حتى يختفى ثم تضاف المقادير الجافة ويقلب الجميع جيداً
- ٣ — يضاف العسل والبيض للين ويقلب الجميع جيداً .
- ٤ — يعجن باللين ثم تخفق العجينة جيداً حتى تنعم تمام .
- ٥ — تصب في صينية معد وتخبز .

كعك الزنجبيل بالفاكهة

المقادير :

٥٠٠ غرام	ملعقة كبيرة دقيق	٣ ملاعق كبيرة عسل أفرنجي	٢ ملعقة بندق مفري غليظاً
١٥٠ غرام	ملعقة كبيرة زبد	٣ ملاعق فاكهة مسكرة	¼ ملعقة شاي مسحوق الزنجبيل
ملعقة كبيرة سكر، بيضتان	(كرز لارنج زنجبيل زبيب)	¼	بهار أفرنجي

الطريقة:

- ١ — تعمل بالطريقة البسيطة (صفحة ٥٧٥) وتعجن بالبيض والعسل وتخفق العجينة جيداً ككعك الزنجبيل السابق .
- ٢ — تصب في صينية معدة (٩ × ٦ بوصة) . وتخبز في فرن هادئ حتى تنضج .

كعك البرتقال

المقادير :

¼ كيلو دقيق ، ٥٠٠ غرام	ملعقة كبيرة زبد (١٦٨ جرام)	٣ بيضات ، بشر وعصير برتقال
٣ - ٥٠٠ غرام	ملعقة كبيرة سكر	¼ ملعقة شاي بيكربونات الصوديوم

المقادير :

- ١ — يفرك الزبد في الدقيق ثم يضاف السكر والبشر .
- ٢ — تذاب البيكربونات في ملعقة كبيرة من الماء وتصب في حفرة بوسط الدقيق .

٣ - يخفق البيض جيداً ثم يضاف الخليط الدقيق وتعبجن ، وأخيراً يضاف عصير البرتقال ويقلب الخليط جيداً حتى ينعم .

٤ - تصب في قالب معد وتخبز في فرن متوسط الحرارة من ١ ¼ - ٢ ساعة .

ملحوظة : يمكن تغطية هذه الكعكة فيما بعد بحلوى البرتقال بالزبد أو بالماء (سر ٦٠٧ ، ٦٠٦) وتجميلها بفصوص البرتقال ، ويمكن أيضاً شقها نصفين عرضاً وحشوها بحشوة البرتقال (ص ٦٠٣) .

كعك الزبيب بدون بيض

المقادير :

١ ¼ كيلو دقيق عادي ، ١ ¼ كيلو دقيق الأرز	حوالي ١ ¼ كيلو زبد أو سمن
من ١ ¼ : ١ ¼ كيلو سكر ناعم	١ ¼ كيلو زبيب دربلي وبناتي
٦ ملاعق كبيرة مسطحة لوز مفري ، كوب لبن زبادي	عدد ١ من جوز الطيب (يتبر وتستهمل)
ملعقة حلو من عصير ليمون	١ ¼ ملعقة شاي بيكر بونات الصوديوم

الطريقة :

١ - تضاف الصودا لعصير الليمون وتقلب ، ثم تضاف اللبن يمزج جيداً .

٢ - يعمل الكعك بالطريقة البسيطة لعمل الكعك (صفحة ٥٧٥) ويمجن بخليط اللبن

٣ - يصب في قالب كعك معد (طوله ٧ بوصات) ويخبز مدة ساعتين .

كعك بالعسل الأبيض بدون بيض

المقادير :

١ ¼ كيلو دقيق ، ملعقتان من سمن	١ ¼ ملعقة كبيرة من عسل أبيض
ملعقتان كبيرتان من سكر ناعم	١ ¼ ملعقة شاي مسحوق جوزة الطيب
٥ - ٦ ملاعق مسطحة من زبيب بناتي	١ ¼ ملعقة شاي بيكر بونات الصوديوم
٤ ملاعق مسطحة لارنج مسكر	ملعقة حلو خل ، ١ ¼ كوب لبن

الطريقة :

- ١ - يفرك السمن في الدقيق حتى يختفي تماماً ثم تضاف بقية المقادير الجافة .
- ٢ - يدفأ اللبن ويضاف للعسل ويقلب جيداً ويترك الخليط حتى يبرد .
- ٣ - تذاب البيكربونات في قليل من اللبن وتضاف للدقيق ويضاف الخل أيضاً .
- ٤ - يعجن بخليط اللبن عجينة لينة ناعمة .
- ٥ - تصب العجينة في القالب المعد وتخبز في فرن متوسط الحرارة من ساعة ونصف إلى ساعتين .

ثانياً - الكعك الدسم

يدخل تحت هذا القسم أنواع الكعك الدسمة ، وفيه تكون كمية الزبد والدقيق والسكر متساوية أو قريبة من ذلك ، على أنه لا يجوز مطلقاً أن تقل كمية الزبد عن نصف مقدار الدقيق . والبيض يكون عنصراً أساسياً في هذا الخليط ، وبذا كثيراً ما يستغنى به عن إضافة أى سائل آخر . وكمية الخيرة المستعملة في هذا النوع قليلة ، وقد يستغنى عنها في بعض الأصناف .

المقارر الأساسية :

- بيضتان ووزنهما من كل صنف آت : زبد . سكر ، دقيق ذرة من الخيرة .
وقد تضاف إليه الفاكهة وتختلف تبعاً لرقى النوع وتكون بنسبة ٤٠ : ١٠٠ جرام .
وتتنوع أصناف هذا المقدار كثيراً ، فمثلاً :
- ١ - إذا أخذنا بدل نصف مقدار الدقيق دقيق الأرز سمى حينئذ كعك الأرز .
 - ٢ - إذا أضيف مقدار $\frac{1}{4}$ - $\frac{2}{4}$ فنان شاي من جوز هند مبشور سميت بكعكة جوز الهند .

إذا أضيف مقدار ٥٠ - ٦٠ جرام من كزيز مسكر سميت كعكة الكزيز .

الطريقة :

- ١ - يجهز القالب كما في الكعك البسيط (٥٧٥) .

يدهك الزبد جيداً بملعقة خشب حتى يصير ليناً يضاف السكر المنخول ويستمر في الدعك جيداً حتى تصير بيضاء هشة أشبه بالسكرية المخفوقة .

٣ — تضاف بيضة « بدون رب » وملعقة كبيرة من دقيق منخول، ويستمر في التقليب إلى أن يمتزجا بالخليط جيداً .

٤ — تضاف بيضة ثانية وملعقة دقيق وهكذا حتى ينتهى المقدار مع الاحتفاظ بملعقة دقيق

٥ — تضاف الفاكهة وأخيراً الخبيرة بعد خلطها بملعقة دقيق المتبقية وتخلط جيداً بالمزيج ويكون المزيج حينئذ قابلاً للصب . يصب المزيج في القالب المعد .

٦ — تخبز في فرن متوسط الحرارة ، ويراعى في خبزها وتبريدها ما روى في الكعك البسيط (صفحة ٥٧٥) .

كعك الفاكهة

المقادير :

٣ ملاعق مسطحة فواكه مسكرة مقطعة	١ كيلو زبد
من ١ — ١ كيلو زبيب مشكل	مل ٥ ملاعق كبيرة من سكر ناعم
٧٥ جرام من لوز مفرى ، ناعماً	٥ بيضات كبيرة
لوز مقشر صحيح لتغطية الوجه	حوالى ١ كيلو دقيق (مل ٩ ملاعق كبيرة)
لبن إذا احتاج الأمر	١ ملعقة شاي خميرة بيكنج بوردر

الطريقة :

١ — يتبع في عملها الطريقة الدسمة لعمل الكعك (صفحة ٥٨٣) ، ثم تصب في القالب المعد لثليه . يغطى وجهها بنظام باللوز الصحيح المقشور أو يرش الوجه باللوز المقطع غليظاً .

٢ — تخرج في فرن حار مدة ١٠ دقائق ثم تهدأ الحرارة وتترك حتى تنضج حوالى ساعة ونصف ، مع تغطية الوجه بورقة مدهونة بالسمن حتى لا يحمر الوجه قبل نضج الكعكة .

كعك الكريز

المقادير :

(رقم ٢)	(رقم ١)
٤ ملاعق كبيرة كريز مسكر	١ كيلو دقيق
مقطع	بشر ليمونه
ملعقة شاي فانيليا	ملعقتان كبيرتان
١/٢ ملعقة شاي خميرة	مسكر مقطع
بيكنج بودر	حوالي ١/٢ كيلو زبد
	حوالي ١/٢ ك سكر ناعم
	حوالي ١/٢ ك كريز مسكر

الطريقة :

- ١ - تتبع الطريقة الدسمة (صفحة ٥٨٣) في المقدارين .
- ٢ - يصب الخليط في القالب المعد بحيث يصل لثلاثيه .
- ٣ - يزعج في فرن حار مدة ١٠ دقائق ثم تهدأ الحرارة وتتمم كعك الفاكهة .

كعك الارز

المقادير :

٤ بيضات فانيليا ، ١/٢ ملعقة	٥٠٠ غرام ملحقة كبيرة زبد	١ كيلو دقيق عادي
شاي خميرة بكنج بودر	٥٠٠ غرام ملحقة كبير سكر ناعم	حوالي ١/٢ كيلو دقيق أرز

الطريقة :

- ١ - تتبع الطريقة الدسمة (صفحة ٥٨٣) وتصب في القالب المعد لثلاثيه .
- ٢ - تخبز في فرن متوسط الحرارة طول المدة (١ ١/٢ ساعة) .

كعك الشيكولاتة

المقادير :

(رقم ٢)		(رقم ١)	
حوالى ١ ك دقيق ، ٤ بيضات	٢ ملعقة كبيرة مسطحة كاكاو	مل ٤	٣ ملاعق كبيرة دقيق ملاعق كبير مسطحة شيكولاته
٥ ر ٤ ملعقة كبيرة زيت	(وتضاف للدقيق) ملعقة شاي	٣ ملاعق كبيرة سكر ناعم	أو ملعقة كبيرة مسطحة كاكاو
٥ ر ٤ ملعقة كبيرة سكر ناعم	فانيليا . مل ٤	١ ك زبد (٣ ملاعق)	فانيليا ، ذرة ملح
٣ ملاعق كبيرة مسطحة	خميرة بيكنج بودر ، لبن	٢ - ٣ بيضات	ذرة خميرة بيكنج بودر
شيكولاته بودرة أو	إذا احتاج الأمر		

الطريقة :

- ١ - تتبع الطريقة الدسمة (صفحة ٥٨٣) لعمل الكعك فى المقاديرين .
- ٢ - يخبز المقدار رقم ١ فى فرن متوسط الحرارة فى قالب واحد كبير معد (طوله ٦ بوصات)
- ٣ - يخبز المقدار رقم ٢ فى فرن متوسط الحرارة فى قالب صغيرة مدهونة مدة ١٥ - ٢٠ دقيقة وبعد تبريدها تغطى بحلوى الشيكولاته أو حلوى الماء الملونة (ص ٦٠٥ أو ٦٠٧) .

كعك العجوز (عين الجمل)

المقادير :

مل ٨ ملاعق كبيرة دقيق	٥ بيضات	١ ك كوب لبن
١ ك زبد (٣ ملاعق كبيرة)	٤ ملاعق كبيرة من جوز مفرى	مل ٤ ملعقة شاي خميرة
حوالى ١ ك كيلو سكر ناعم	١ ك ملعقة شاي فانيليا	بيكنج بودر

الطريقة :

- ١ - يخلط العجوز المفرى مع الدقيق جيدا . يعمل بالطريقة الدسمة (صفحة ٥٨٣)
- ٢ - يصب الخليط فى قالب كعك معد ويخبز فى فرن متوسط الحرارة مدة ١ ساعة .

كعك جوز الهند

المقادير :

ملء ٥ ملاعق كبيرة دقيق	٣ ملاعق كبيرة سكر ناعم	ملعقة شاي خميرة بيكنج بودر
$\frac{1}{8}$ ك زبد (٢ ملاعق كبيرة)	$\frac{2}{3}$ فنجان شاي جوز هند مبشور	$\frac{1}{4}$ كوب لبن ٣٠ بيضات

الطريقة :

١ — يعمل بالطريقة الدسمة (صفة ٥٨٣) وتوضع في القالب المعد .

٢ — تخبز في فرن متوسط الحرارة من ساعة إلى نصف ساعة .

كعك اللوز

الطريقة :

ملء ٨ ملاعق كبيرة دقيق	حوالي $\frac{1}{4}$ ك سكر ناعم	حوالي $\frac{1}{4}$ ك زبيب بناتي، ٥ بيضات
حوالي $\frac{1}{4}$ كيلو زبد	$\frac{1}{8}$ كيلو لوز مفري	ملعقة شاي خميرة بيكنج بودر

تعمل بالطريقة الدسمة (صفحة ٥٨٣) وتخبز في فرن حار مدة ١٠ دقائق ثم تهدأ

الحرارة وتترك حتى تنضج مدة ساعتين .

كسكة الرخام

المقادير :

$\frac{2}{3}$ فنجان دقيق . فنجان سمن	ملعقتان شاي من	حوالي فنجان لبن
$\frac{1}{4}$ فنجان سكر ناعم	خميرة بيكنج بودر	٤ ملاعق كبيرة مسطحة شيكولاته
بياض ٨ بيضات	ملعقة شاي فانيليا	بودره مذابة في قليل من اللبن

الطريقة :

١ — يخفق الزبد مع السكر خففاً تاماً (طريقة دسمة) ويضاف إليه اللبن الدافئ ، ثم

بياض البيض المخفوق جامداً .

٢ — ينخل الدقيق والخميرة ويضاف للعجينة ويخلط الجميع بخفة .

٣ — يقسم الخليط لفصين ويضاف الشيكولاته المذابة لأحدهما .

٤ — يصب الخليط في قالب معد (قطرة ٨ بوصة) فيوضع بضع ملاعق من اللون الأبيض ويلبها بضع ملاعق من الشيكولاتة وهكذا حتى يلمهى المقدار .

تخبز في فرن متوسط الحرارة حتى ينضج .

كعك القهوة

المقادير :

٥ ملاعق كبيرة دقيق	٣ ملاعق كبيرة سكر ناعم	ملعقة كبيرة من روح القهوة
٥ ملاعق كبيرة زبد (١/٢ ك)	بيضتان	٢/٣ ملعقة شاي خميرة بيكنج بودر

الطريقة :

١ — تعمل بالطريقة الدسمة (صفحة ٥٨٣) تصب في صينية معدة قطرها ٦ بوصات .

٢ — تخبز في فرن متوسط الحرارة مدة ١/٢ ساعة وتترك حتى تبرد .

٣ — تشق نصفين عرضا وتحشى بحلوى الزبد بالقهوة ويمكن تركها بدون حشو .

٤ — تجمل بحلوى القهوة (ينظر باب الحلوى Icing ص ٦٠٥ أو ٦٠٧) .

كعك البرتقال (رقم ١)

المقادير :

وزن ٤ بيضات زبد	٤ بيضات ، بشر برتقالتين
وزن ٤ بيضات سكر ناعم	عصير من ١/٢ برتقالة - برتقاله
وزن ٤ بيضات دقيق	ملء ملعقة شاي خميرة بيكنج بودر

الطريقة :

١ — تعمل بالطريقة الدسمة (صفحة ٥٨٣) ويوضع البش مع الزبد في أثناء الخفق .

٢ — تصب في صينية معدة قطرها ٦ بوصة . تخبز في فرن متوسط الحرارة ١/٢ ساعة .

٣ — تترك حتى يبرد ويرش وجهها بالسكر وتقدم .

كحك البرتقال البسيط (رقم ٢)

المقادير :

٣ ملاعق كبيرة دقيق	٣ ملاعق كبيرة سكر ناعم	بشر برتقالين
٣ ملاعق كبيرة زبد (١ ك)	١/٤ ملعقة شاي خميرة بيكنج بودر	
٣ بيضات		

الطريقة : تعمل بالطريقة الدسمة (صفحة ٥٨٣) وتخبز في فرن متوسط الحرارة .
ملحوظة : يمكن تغطيتها بحلوى الماء بالبرتقال (ص ٦٠٦) ، وحيلئذ يستعمل عصير البرتقال .

كحك ماديرا

المقادير :

النوع البسيط	النوع الرافى
١/٢ كيلو دقيق	١ ملعقة شاي خميرة
١ ك زبد (٣ ملاعق)	بيكنج بودر
٥٠٤ ملعقة كبيرة سكر	بشر ليمونة
٤ بيضات	شريحة من الليمون
	المسكر
	١/٨ كيلو دقيق
	٥٠٤ ملعقة كبيرة زبد
	٥٠٤ ملعقة كبيرة
	سكر ناعم
	٥ بيضات

الطريقة :

- ١ - يعمل بالطريقة الدسمة (صفحة ٨٥٣) .
- ٢ - يرش الوجه بقليل من السكر الناعم وتخبز في فرن متوسط الحرارة مدة ساعة إلى ساعة وربع ويوضع بوسط السطح شريحة من الليمون المسكر في منتصف مدة التخبز فطير الذرة

المقادير :

كوب دقيق ذرة	٦ بيضات
٢/٣ كوب سكر ناعم	ملء ملعقة شاي خميرة بيكنج بودر
١/٣ كوب سمن	قليل من الفانيليا

الطريقة:

- ١ — يخفق الزبد مع السكر حتى تصير كالقشدة (طريقة دسمة)
- ٢ — يرب البيض جيداً جداً حتى يغلي ثم تضاف إليه الفانيلا.
- ٣ — يضاف البيض المربوب إلى خليط السكر والسمن ويقلب الخليط جيداً مدة ٣ دقائق
- ٤ — تضاف الخميرة لدقيق الذرة وينخل .
- ٥ — يضاف للخليط السابق ويقلب معه بخفة متناهية .
- ٦ — يوضع الخليط في صينية مدهونة جيداً بالسمن ويساوى السطح.
- ٧ — تـزج في فرن متوسط الحرارة حتى تنضج . تقلب على منخل وترك حتى تبرد .

كعك الملسكة

المقادير:

٤ — ٦ ملاعق كبيرة مسطحة من زبيب بناتي	ملء ٥ ملاعق كبيرة دقيق ، ٣ بيضات
٤ — ٦ ملاعق كبيرة مسطحة لارنج مسكر	$\frac{1}{8}$ ك زبد ، $\frac{1}{8}$ ك سكر ناعم (٣ ملاعق)
ملعقة لبن ، إذا احتاج الأمر	$\frac{1}{4}$ ملعقة شاي خميرة بيكنج بودر

الطريقة :

- ١ — تدهن قوالب صغيرة منقوشة بالسمن الدافئ .
 - ٢ — تتبع الطريقة الدسمة لعمل الكعك (صفحة ٥٨٣) ويوزع خليط الكعك في القوالب الصغيرة المدهونة بحيث يصل لمنتصفها .
 - ٣ — ترص القوالب في صينية وتزج في فرن حار نوعاً مدة ١٥ — ٢٠ دقيقة .
- ملحوظة : يمكن وضع العجينة في قالب كعك واحد بدلاً من استعمال القوالب الصغيرة
- كعك الورد

المقادير :

٣ ملاعق كبيرة سكر ناعم	٣ ملاعق كبيرة مسحوق الأرز
$\frac{1}{4}$ ملعقة شاي خميرة بيكنج بودر	ملء ٢ ملعقة كبيرة من دقيق
ملعقة حلو ماء ورد	قطعتان من الزبد بحجم البيضة
قليل من اللون الأحمر كتشيليل	٢ — ٣ بيضات

الطريقة :

- ١ - يعمل بالطريقة الدسمة (صفحة ٥٨٣) ويوضع في قوالب مدهونة صغيرة كما في كعك الملاحة . أو يوضع في أطلاق من الورق الخاص غير مدهونة وترصر هذه الأطباق على صينية مدهونة دهنا خفيفاً جداً بالسمن .
- ٢ - يخبز في فرن متوسط الحرارة حتى ينضج ثم يترك حتى يبرد ويقدم كما هو بدون نزع أطباق الورق .

كعك السكورن فلور

المقادير :

١٠٥ ملعقة كبيرة سكر ناعم ، ٣ بيضات	ملء ملعقة كبيرة وملعقة مسطحة كورن فلور
¼ ملعقة شاي خميرة بكنج بودر	ملعقة كبيرة مسطحة دقيق عادى
¼ ملعقة شاي فانيليا أو بشر ليمونة	١٠٥ ملعقة كبيرة زبد

الطريقة :

- ١ - يعمل بالطريقة الدسمة (٥٨٣) ويوضع في صينية صغيرة معدة قطرها ١٠ بوصات
 - ٢ - يخبز في فرن متوسط الحرارة مدة ٤٠ دقيقة . أو :
 - (أ) تدهن قوالب صغيرة بالسمن ثم ترش بطبقة من دقيق الأرز .
 - (ب) تملأ هذه القوالب لمتصفها بالخليط ثم يرش السطح بالسكر الناعم .
 - (ج) تخبز في فرن متوسط الحرارة مدة ٢٠ دقيقة .
- كعك صغير بالجوز والقهوة

المقادير :

ملء ٢٠ ملعقة كبيرة من دقيق	٢ ملعقة كبيرة مسطحة مسحوق	ملعقة كبيرة : ملعقتين
٤ قطع من الزبد في حجم	الشيكر لانه	كبيرتين من قهوة باردة ثقيلة
البيضة ٥ ٢ ملعقة كبيرة	¼ ملعقة شاي خميرة بكنج بودر	عين جمل للتجميل
سكر ناعم بيضتان	١ ملعقة كبيرة مسطحة عين جمل مصري	

الطريقة :

- ١ — تعمل بالطريقة الدسمة (صفحة ٥٨٣) ويستعمل مع البيض فقط .
- ٢ — يخفق البياض حتى يجمد تماماً ثم يضاف أخيراً للخليط ويقلب معه بخفة .
- ٣ — توضع العجينة في قوالب صغيرة مدهونة لثلاثيها . ثم يرش الوجه بقليل من السكر الناعم . يخبز في فرن متوسط الحرارة مدة ١٥ دقيقة .
- ٤ — تعرك حتى تبرد ، ثم تلتصق أنصاف عين الجمل بوسط كل ، بعد دهنها بقليل من المربي .

كعك الجوز بالشيكولاتة

٣ بيضات	٣ قطع من الزبد في حجم البيضة	ملء ٣ ملاعق كبيرة دقيق
ملعقة شاي روح الفانيليا	٦ ملاعق كبيرة مسطحة من شيكولاته	١/٢ ملعقة شاي خميرة بيكنج
حوالي ١/٢ كوب من السكر ناعم	٥ ملاعق كبيرة سكر ناعم	بودر

الطريقة :

- ١ — يخفق الزبد جيداً مع السكر حتى يصير كالقشدة .
- ٢ — تذاب الشيكولاتة في قليل من اللبن وتضاف للزبد ويقلب معه جيداً .
- ٣ — يخفق البيض جيداً ويضاف للخليط السابق ويقلب معه جيداً .
- ٤ — ينخل الدقيق والخميرة ويضاف للخليط مع التقليب بخفة .
- ٥ — يصب الخليط في صينية مستطيلة كصينية السويسرول مدهونة ويساوى السطح بخفة ويرش بعين الجمل المفري غليظاً .
- ٦ — يخبز في فرن متوسط الحرارة مدة ١/٢ ساعة ويترك في الصينية حتى يبرد تماماً .
- ٧ — يقطع مربعات ويقدم على ورقة دنيل .

كعكة عيد الميلاد Kmas Cake

المقادير :

النوع البسيط	النوع لرافى
١ كيلو دقيق	١ كيلو فواكه مسكرة
١ كيلو سكر ناعم	٦ ملاعق كبيرة
١ كيلو زبد	مسطحة لوز مفرى
١ كيلو زبيب أسود	ملعقة شاي بهار
Currants	أفرنجى ٥-٦ بيضات
١ كيلو زبيب دريل	قليل من اللبن
٧٥ جرام من زبيب بناتى	٥٠ ملاعق كبيرة دقيق
بشر ليمونة	٤ ملاعق كبيرة سكر ناعم
٧٥ جرام خليط من فواكه	٤ ملاعق كبيرة زبد
مسكرة وكريز	٧٥ جرام من زبيب أسود
٤ بيضات	٧٥ جرام د د دريل

الطريقة :

- ١ - تعمل بالطريقة الدسمة (صفحة ٥٨٣) .
- ٢ - توضع فى صينية معدة ويحسن تغطيتها بطبقتين من الورق المدهون ، ويكون قطر الصينية فى المقدار الأول الرافى ٩ بوصات ، وفى المقدار الثانى ٦-٧ بوصات .
- ٣ - تزع فى فرن حار من ١٠ - ١٥ دقيقة ، ثم تهدأ الحرارة وتترك حتى تنضج حوالى ٤ ساعات .
- ٤ - تترك حتى تهدأ حرارتها ثم تقلب وتترك حتى تبرد وتغطى بحلوى اللوز ثم بالحلوى الملاسكية (ص ٦٠٨ ، ٦٠٩) .

صينية قطر ١٢ - ١٣ بوصة

المقادير :

كيلو من الدقيق	ملء ملعقة شاي زنجبيل ناعم	ملعقة كبيرة خميرة بيكنج بودر
كيلو من الزبد	ملء ملعقة حلو قرفة ناعمة	كوب كبير براندى ، ويمكن
كيلو من السكر	عدد ١ جوز طيب مبشور	استبدال اللبن به ، ٩ بيضات
بهارات متنوعة :	١٠٠ كيلو زبيب مشكل	١ كيلو لارنج مسكر
ملء ملعقة حلو بهار أفرنجى	١ كيلو لوز مفرى ناعماً	١ كيلو ليون مسكر

الطريقة :

- ١ - تكسى جدران الصينية بأربع طبقات من الورق المدهون بالسمن بدلا من طبقة واحدة (ينظر صفحة ٥٧٥) .
- ٢ - يكسى القاع بطبقتين من الورق المدهون ، ثم يوضع فوقه طبقة من العجين (١ كيلو دقيق معجون بالماء) وتغطى طبقة العجين بطبقتين من الورق المدهون .
- ٣ - تعمل الكعكة بالطريقة الدسمة (صفحة ٥٨٣) وتوضع البهارات مع الزبد أثناء الخفق ، ويلاحظ خفق العجينة جيداً جداً مدة نصف ساعة قبل وضع الغاكة المعدة .
- ٤ - يوضع الخليط فى الصينية المعدة ويساوى السطح تماماً ثم يدهن بقليل من اللبن .
- ٥ - توضع الصينية على صاج به طبقة من الرمل .
- ٦ - تخبز فى فرن هادى مدة ٤ ساعات على الأقل .
- ٧ - تترك لتهدأ مدة لا تقل عن ساعة ثم تقلب وتترك حتى تبرد وتجمل على حسب الذوق بحلوى اللوز ثم بالحلوى الملصبة (ص ٦٠٨ ، ٦٠٩) .

ثالثاً الكعك الأسفنجى

سمى كذلك لأنه خفيف كالأسفنج وفيه تكون كمية السكر إما مساوية لكمية الدقيق أو أكثر منها كما تكون فيه كمية البيض كبيرة وقلما تستعمل المادة الدهنية . وعادة لا يستعمل فيه الخيرة ، لأنه يعتمد فى خفة على ضرب الخياط جيداً (الهواء) وكثرة البيض .

المقادير الأساسية : ٤ بيضات ووزنها من كل صنف آت : دقيق - سكر .
وقد تختلف الطريقة المتبعة فى عمل بعض هذه الأنواع ، وأغلبها معقد ولا يعطى نتيجة أحسن من الطريقة الآتية ، التى يحسن إتباعها إلا إذا نوه فى بعض الأصناف باتباع طريقة أخرى

الطريقة : ١ - يجهز القالب أو الصينية كالآتى :

- يدهن بالسمن الدافى . دهنا جيداً ثم يرش بكمية متساوية «منخولة» من الدقيق والسكر الناعم ، أو دقيق الأرز والسكر ، ثم تقلب للتخلص من الخياط الزائد .
- ٢ - يضرب البيض بالمضرب مدة ٥ دقائق . يضاف السكر ويستمر فى الضرب حتى يصير المزيج سميكاً ، ومما يساعد على سهولة القيام بهذه العملية وضع الإناء المحتوى .

- على هذا الخليط في إناء آخر أو سع منه يحتوى على ماء ساخن .
- ٣ - ترفع الإناء المحتوى على الخليط ويستمر في الضرب حتى يبرد الخليط .
- ٤ - يضاف الدقيق بعد نخله ، وكذا المقادير الأخرى ويمزج بخفة متناهية .
- ٥ - يصب في الوعاء المعد القالب المدهون ، يخبز في فرن حار نوعاً ؛ ويتبع في خبزه نفس النقط التي أتبعته في الكعك السابق .
- ٦ - يقلب على منخل أو قاعدة سلك ويترك ليبرد تدريجاً وإلا صار الكعك ثقيلاً مبللاً الكعك الأسفنجي الصغير
- المقادير : ٣ بيضات ، ٢ ملعقة كبيرة وملعقة مسطحة سكر ناعم ، ملعقة حلويات بشر ليمون أو فانيليا ٢ ملعقة كبيرة دقيقة .
- الطريقة :

- ١ - تدهن قوالب كعك صغيرة (٨ - ٩ قوالب) بالسمن ثم تغطى بطبقة من مخلوط الدقيق والسكر الناعم (ينظر صفحة ٥٩٤) يعمل بالطريقة الأسفنجية (٥٩٤)
- ٢ - تملأ القوالب لمتصفها بالخليط (وقد يرش السطح بخليط من الدقيق والسكر) .
- ٣ - تخرج في فرن حار نوعاً مدة ١٥ دقيقة ، ثم تنزع من الفرن وتترك حتى تهدأ حرارتها نوعاً .
- ٤ - تقلب على منخل أو قاعدة سلك وتترك بعيداً عن تيار الهواء .

ساندوتش الكعك الأسفنجي

رقم ٣	رقم ٢	رقم ١
٤ بيضات ووزنها من كل صنف آت	٤ بيضات ، ٢ ملعقة كبيرة دقيق ٢ ١/٢ ملعقة كبيرة سكر ناعم	٤ بيضات
١/٢ سكر ، دقيق ، زبد	ملعقة شاي خميرة بيكنج بوردر	٢ ١/٢ ملعقة كبيرة دقيق
١/٢ ملعقة شاي خميرة	قليل من الفانيليا أو بشر ليمون	٢ ١/٢ ملعقة كبيرة سكر ناعم ، قليل من الفانيليا
بيكنج بوردر	قطعة من الزبد في حجم البيضة	
قليل من الفانيليا	« وتسيح ،	

الطريقة :

- ١ — يتبع في عمله الطريقة الأسفنجية (صفحة ٥٩٤) ويضاف الزبد السائح في المقدار رقم ٢ و ٣ في النهاية مع تقليلها بخفة .
- ٢ — يصب الخليط في صينيتين معدتين قطر الواحدة ٦ : ٧ بوصات .
- ٣ — تخبز في فرن حار مدة ١٠ دقائق وتبزغ من الفرن وتترك حتى تهدأ قليلاً .
- ٤ — يقلب على منخل أو قاعدة سلك وتترك حتى تبرد .
- ٥ — يوضع الحشو المطلوب على كعكة وتغطى بالثانية ويرش السطح بالسكر الناعم .

أنواع الحشو المتعمول :

- | | |
|---|-------------------------------|
| ١ — المربي | ٤ — حشو اللوز (ص ٦٠٠) |
| ٢ — مربى يضاف إليها لوز وبندق
محمص قليلاً ومفري غليظاً | ٥ — حشوة الأناناس (٦٠٢) |
| ٣ — حشوة القهوة (ص ٦٠٢) . | ٦ — حشوة الشيكولاتة (ص ٦٠٠) |

كعك الملاك

المقادير :

- | | | |
|-------------------------|--------------------------------|-------------------|
| ٣ ملاعق دقيق نوع جيد | ٧ بيضات | ملعقة شاي فانيليا |
| ملعقة شاي كريم الطرطريك | ١ كيلو سكر ناعم (مل ٣ ملاعق) | |

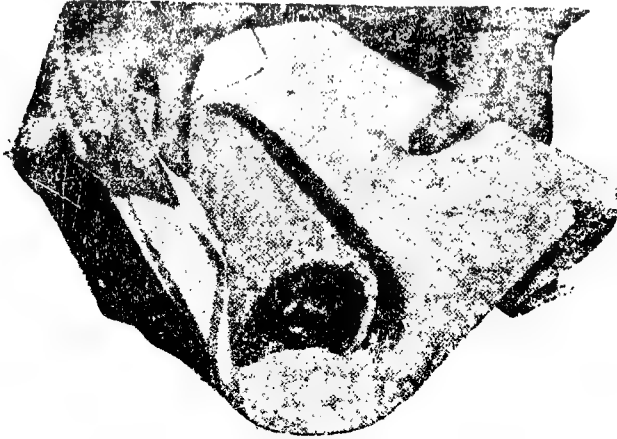
الطريقة :

- ١ — يرش قالب غير مدهون قطره ٦ بوصات بالدقيق .
- ٢ — يخلط الدقيق وكريم الطرطريك والسكر مرتين .
- ٣ — يخفق زلال البيض حتى يجمد تماماً وتضاف إليه الفانيليا .
- ٤ — يخلط خليط الدقيق ببيض البياض تدريجاً وبخفة .
- ٥ — يصب الخليط في القالب المعد ويخبز في فرن هادئ من ٤٠ إلى ٦٠ دقيقة .
- ٦ — يرش الوجه بقليل من السكر الناعم وتقدم .

للحشو : ملعقتان كبيرتان من مربى

الطريقة :

- ١ - فدهن صينية (١٣×١٠ بوصة) بالسمن وتغطى بالورق ويدهن الورق ويرش قليلا بالدقيق . تتبع الطريقة الاسفنجية لعمل الكعك (صفحة ٥٩٤) .
- ٢ - يصب الخليط فى الصينية المعدة ويزج فى فرن حار مدة ٥ - ٧ دقائق .
- ٣ - تجهر ورقة مرشوشة بالسكر الناعم ويدفأ مقدار المربي .



شكل يبين طريقة لف السويسرول

- ٤ - تقلب الصينية على الورقة المرشوشة وتقطع الحواف بسرعة بسمكين حادة ثم تفرد المربي الدافئة على السطح بسرعة مع ترك حوالى

بوصة من الحواف بدون تغطية .

- ٥ - تلف بخفة على شكل أسطوانى وتلف فى الورقة وتترك حتى تبرد .
 - ٦ - ش سطحها بالسكر الناعم وتقدم صحيحة على دنتيل وقد تقطع دوائر .
- سويسرول رقم (٣)

المقادير :

١/٣ ملعقة شاي خميرة بيكنج	قليل من الفانيليا
بودر	ملعقتان كبيرتان من مربى
ملعقة كبيرة من ماء مغلى	للحشو
٤ بيضات	
ملء ٣ ملاعق كبيرة سكر	
فجنان شاي من دقيق	

الطريقة :

- ١ - تجهز صينية (٢٢×١١) أو على ١٣×٩ بوصة إذا أريد عمل سويسرول سميك .
- ٢ - يفصل مع البيض عن الياض . يخفق المح جيداً جداً ، وتضاف الفانيلية

٣ - يخفق البياض حتى يجمد تماما .

٤ - تضاف الخيرة والدقيق المنخول والماء المغلي لصفار البيض ويقلب قليلا بخفة .

٥ - يضاف البياض المخفوق ويقلب الخليط بخفة حتى تمتزج المقادير بعضها ببعض مع المحافظة على خفة بياض البيض . يصب في الصبيلة المعدة ويخبز في فرن متوسط الحرارة مدة ١٥ دقيقة ، يتم كالسويسرول السابق .

سويسرول بالشيكولاتة

المقادير والطريقة : مقادير السويسرول السابقة رقم ٣ ، ويستبدل بملعقة من مقدار الدقيق

ملعقة من مسحوق الشيكولاته . وتعمل كالسويسرول رقم ٣ .

فطيرة الذرة

المقادير :

٨ فناجين شاي دقيق ذرة (٩٠٠ جرام) | مل ملعقة شاي خميرة بيكنج بودر

فنجان شاي سكر ناعم (٣٠٠ جرام) | لبن العجن (حوالي ١/٢ كوب)

٩ بيضات ، كوب سمن ، فانيليا

الطريقة :

١ - يرب البيض مدة ٥ دقائق ويضاف إليه السكر وبرب جيداً (طريقة إسفنجية) .

٢ - يخفق السمن على حدة حتى يصير كالقشدة كما في عمل الغريبة .

٣ - يضاف السمن المخفوق لخليط البيض والسكر ويقلب جيداً .

٤ - تضاف الخميرة للدقيق وينخل .

٥ - يضاف الدقيق ويقلب بخفة متناهية حتى تتكون عجينة لينة نوعاً بإضافة ما يحتاج إليه من اللبن .

٦ - توضع في صينية مدهونة جيداً بالسمن وترج في فرن متوسط الحرارة حتى تنضج .

الحشو المستعمل للبسكوت والكعك والتورت

يستعمل الحشو لكثير من أنواع الكعك والتورت البسيطة ليزيد في قيمتها ونكهتها

ويكسبها حسناً - فمثلاً يمكن عمل تورت نخم باستعمال كعك إسفنجي بسيط وحشوة بنوع من الحشوشم تغطيته على حسب الرغبة .

حشو اللوز

المقادير :

ملعقة كبيرة من كريمة غليظة	ملعقتان كبيرتان من لوز مفروى ناعم
ملعقة شاي فانيليا	ملعقتان كبيرتان من مربى المشمش الممھوك

الطريقة :

تخلط المقادير بعضها ببعض وتستهمل .

حشو الشيكولاتة (رقم ١)

المقادير :

١/٤ كوب كريمة ، ١ ملعقة لوز مطحون	٤ مل . ملاعق كبيرة سكر حلوى (يشترى
٦ ملاعق كبيرة مسطحة شيكولاتة مبشورة	في علب باسم Icing Sugar

الطريقة : تخفق الكريمة جيدا حتى تغاظ تضاف إليها بقية المقادير .

ملحوظة : تستعمل في يومها لئلا تفسد .

حشو الشيكولاتة (رقم ٢)

المقادير :

٤ ملاعق كبيرة مسطحة شيكولاتة مبشورة	٤ مل . ملاعق كبيرة سكر علب Icing Sugar
١/٤ ملعقة لبن ، قليل من الفانيليا السائلة	قطعتان من الزبد في حجم البيضة

الطريقة :

١ - تذاب الشيكولاتة في اللبن على نار هادئة جدا .

٢ - يخفق الزبد جيدا ثم يضاف السكر المنخول ويخفق جيدا حتى يبيض لونه

وبنعم تماما . ويضاف إليه الشيكولاتة المذابة الباردة والفانيليا مع التمايق حتى

٣ - تصبح الحشوة ناعمة .

حشو عين الجمل

المقادير :

٣ ملاعق عين جمل مفري غليظاً	٣ ملاعق كبيرة من مربى المشمش
ملعقة لوز مفري ناعماً	ملعقة شاي فانيليا

الطريقة : تخلط جميع المقادير بعضها ببعض وتستعمل .

حشو الكستردة (رقم ١)

المقادير :

١ ٢ كوب لبن	فانيليا	سكر للتحلية
بيضتان ومغ بيضتين	ورقتا تنقال (جيلاتين)	ملء ملعقة حلوكورن فلور

الطريقة :

- ١ - يذاب الكورن فلور في قليل من اللبن ويغلى باقي اللبن على النار ثم يضاف إليه الكورن فلور المزوج جيداً مع التقليب - ويعاد على النار ثم يغلى مدة ٥ دقائق
- ٢ - يبرد الخليط قليلاً ويضاف إليه البيض المربوب خفيفاً والسكر ويعاد تسخين الخليط على النار الهادئة حتى يغلي بشرط ألا يغلي .
- ٣ - تضاف الفانيليا والتقال المذاب في قليل جداً من الماء الساخن للخليط ويقرب جيداً . يصنى الخليط بسرعة ويترك حتى يبرد ثم يستعمل للحشو .

حشو الكستردة (رقم ٢)

المقادير :

ملء كوب لبن ، مغ ٣ بيضات	ملعقة كبيرة سكر ناعم
ملء ملعقة حلوكورن فلور	١ ٢ ملعقة شاي فانيليا

الطريقة :

- ١ - يذاب الكورن في قليل من اللبن ويضاف لباق اللبن المغلى مع التقليب الجيد ثم يوضع على النار الهادئة مع التقليب مدة ٥ : ٧ دقائق .

٢ - يبرد الخليط قليلا ويضاف إليه البيض والسكر والفانيليا . ويعاد على النار الهادئة مع التقليب حتى يغلظ قوام الكستردة بشرط ألا تغلى .

٣ - تترك حتى تبرد وتستعمل للحشو بدلا من الكريمة .

ملحوظة : يمكن إضافة من ٣-٤ ملعقة كبيرة مسطحة فواكه مسكرة مقطعة إلى الكستردة حشو الكستردة بالقوة

كحشوة الكستردة رقم ٢ بإضافة ٦ ملاعق كبيرة مسطحة شيكولاتة مذابة في مقدار اللبن .

حشو الكستردة بالقهوة

كحشوة الكستردة رقم ٢ بإضافة ملعقة كبيرة من روح القهوة للبن بعد غليه .
حشو الأناناس

المقادير :

ملء كوب كستردة للحشو (رقم ٢)	ملعقة حلو كريمة مخفوقة
٢ ملعقة كبيرة مسطحة أناناس مسكر مقطع	ملعقة شاي فئات كعك
قليل من روح الأناناس	

الطريقة : تخلط المقادير بعضها ببعض وتستعمل .

حشوة الزنجبيل (رقم ١)

كحشو الأناناس باستعمال مقدار من الزنجبيل المسكر بدلا من الأناناس والاستغناء عن روح الأناناس بقليل من الزنجبيل الناعم .

حشوة الزنجبيل (رقم ٢)

المقادير : ملء ٤ ملاعق كبيرة سكر علب منخول ، قطعتان من الزبد في حجم البيضة
٢ - ٣ ملاعق كبيرة مسطحة زنجبيل مسكر مقطع رفيعا .

الطريقة :

١ - تدعك الزبد جيدا ثم يضاف إليها السكر ويعاد خفقا حتى يبيض لون الخليط .
ويصير هاشأ ناعما .

٢ - يضاف إليه الزنجبيل المقطع ويقاب جيداً ويستعمل .

حشوة البرتقال

المقادير :

٦ ملاعق كبيرة فئات إسفننجي | بشر وعصر برتقال
مح بيضتين | قطعة من الزبد في حجم البيضة | معلقة شاي - عصر ليمون

المقادير :

١ - يسحق الزبد ويضاف إليه البيض والسكر وبشر البرتقال يخفق جيداً على نار هادئة حتى يغليط الخليط .

٢ - يرفع الإناء من على النار ويضاف إليه فئات الكعك - عصر البرتقال والليمون ويقلب جيداً ، تبرد وتستعمل .

غطاء الكعك icing

يغطي الكعك بمادة تعمل على تجميله وتحفظه من الجفاف وتسمى بغطاء الكعك icing

الملاحظات الواجب مراعاتها في عمل غطاء الكعك :

- ١ - يجب أن تكون الآنية والأدوات المستعملة نظيفة جافة .
 - ٢ - يفضل استعمال نوع السكر المعروف باسم سكر الحلوى icing Sugar .
 - ٣ - ينخل سكر الحلوى بمنخل حرير .
 - ٤ - مراعاة الدقة في أخذ المقادير تبعاً لنوع الغطاء
 - ٥ - يجب أن تكون النسبة المستعملة خفيفة ملائمة .
 - ٦ - يجب معرفة القوام الصحيح للغطاء سواء أكان لغطية الكعك أم لتجميل .
 - ٧ - يجب العدول عن استعمال الألوان الزاهية لأنها تعطي الكعك منظرًا غير حسن
- مواد لتكسية الواجب استعمالها : تستعمل الأنواع المجردة كروح الزعناع والوزو والليمون والبرتقال والمانجو الخ ويجب أن تكون مركزة ومن أجود الأنواع - ويجب استعمالها .

باحتراس : فيضاف كمية قليلة منها للحلوى باستعمال ملعقة صغيرة ويلاحظ تغطية الزجاجات عقب الاستعمال مباشرة ؛ لأن معظم هذه المواد طيارة - وهناك مواد نكهة أخرى كمصير الفاكهة الطبيعية والشيكولاتة وروح القهوة والقهوة المركزة والكافكاو الفانيليا .

المواد الملونة :

Cheff ، يفضل استعمال الألوان النباتية . ولا يوجد من هذه الألوان سوى الألوان الأساسية ومنها يمكن تكوين الألوان الأخرى ، فمثلا إذا خلط اللون الأحمر بالأزرق تكون اللون البنفسجي ، اللون الأحمر يكون اللون المشمشي والبرتقالى . ويمكن استعمال بعض مواد النكهة كمواد ملونة كروح القهوة والشيكولاتة للحصول على اللون البيج والبنى الفاتح الخ ...

للتجميل : تستعمل للتجميل أنواع عدة :

- ١ — أنواع الفاكهة المسكرة مثل اللارنج الأخضر الصغيره -- الكريز .
- ٢ — الانجيليكا (الكرفس المسكر) الزنجبيل المسكر .
- ٣ -- المكسرات ، كالبندق واللوز المحمص والفسق وجوز الهند .
- ٤ — الفاكهة والمكسرات المغطاة بالكرملة مثل التفاح الصغير بالكرملة واللوز وعن الجمل بالكرملة .
- ٥ — أزهار من السكر الملون كالبنفسج والورد .
- ٦ — التجميل باستعمال بليلة التجميل على اختلاف أشكالها لعمل أشكال زخرفية من الحلوى على حسب ونوع الكعك .

أنواع الغطاء المستعمل

ينقسم غطاء الكعك إلى الأقسام الرئيسية الآتية :

١ — حلوى الماء أو جلاسيه Water Icing or Glacè

٢ — حلوى الزبد Butter Icing

٢ — حلوى اللوز Almond paste

٤ — الحلوى الملكية Royal Icing

٥ — الحلوى الامريكية American Frosting

أولاً — حلوى الماء

المقادير :

١ كيلو سكر حلوى منخول		نكهة ملائمة لنوع الكعك
حوالى ٣ ملاعق شوربة ماء دافئ		لون على حسب الرغبة

الطريقة :

١ — ينخل سكر الحلوى . يضاف الماء الدافئ تدريجاً مع التقليب الجيد حتى يصير الخليط ناعماً ذا قوام غليظ يغطى ظهر الملعقة ويستمر فى التقليب حتى ينعم تماماً ويمكن وضع الاناء المحتوى على الخليط على حمام سائى ، مع ملاحظة عدم ارتفاع حرارة الماء ، وإلا تمسك لون الحلوى وجفت .

حلوى الماء بالقهوة

المقادير : ١ كيلو سكر حلوى ، قهوة مصفاة دافئة . أو روح القهوة مخففة بالماء الدافئ .
الطريقة : تضاف القهوة تدريجاً للسكر مع التقليب حتى يغطى الخليط ظهر الملعقة ، ثم

تدق قليلاً على حمام مائى وتستعمل مباشرة .

ملحوظة : إذا زاد تسخين هذه الحلوى ذهب لمعانها وتشققت .

حلوى الماء بالشكولاتة

المقادير :

١ كيلو سكر حلوى		حوالى ٣ ملاعق شوربة ماء
٦ ملاعق كبيرة مسطحة شيكولاتة غير محلاة		ملعقة كبيرة مسطحة زبد ، ١/٢ ملعقة شاي فانيليا

مباشرة

الطريقة :

١ — تذاب الشيكولاتة فى الماء على نار هادئة جداً ثم تترك حتى تصير دافئة .

٢ — يضاف السكر المنخول والفانيليا ويقلب الخليط جيداً على حمام مائى ، ويجب ألا

يسخن حتى لا يتعكر لونه . يضاف الزبد وقليل من الماء إذا احتاج الأمر (حتى يغطى الخليط ظهر الملعقة) .
٣ - يستعمل بسرعة .

حلولى البرتقال

للقاوير والطريقة : كحلولى الماء (صفحة ٦٠٥) باستعمال عصير برتقاله بدلا من الماء - وقليل من الماء الدافئ إذا احتاج الأمر . تلون الحلولى باللون البرتقالى الفاتح .
حلولى الليمون

للقاوير والطريقة : كحلولى الماء (صفحة ٦٠٥) باستعمال عصير ليمون وقليل من الماء الدافئ . وتلون الحلولى باللون الأصفر .
طريقة تغطية الكعك بحلولى الماء

- ١ - توضع الكعكة على القاعدة السلك وبأسفلها صحن .
- ٢ -- يساوى سطحها وتمسح بقطعة نسيج مبللة نظيفة .
- ٣ -- تصب الحلولى على السطح بسرعة حتى تغطى السطح والجوانب بالتساوى وإذا تركت بعض الأجزاء بدون تغطية تغطى برفع الحلولى المتساقطة فى الصحن بواسطة سكين مستديرة الحافة مبللة بالماء الدافئ .
- ٤ -- إذا أريد تغطية كعكات صغيرة وجب وضع الحلولى على حمام مائى حتى تبقى بحالة سائلة صالحة للاستعمال طول مدة . وتوضع الكعكة على طرف السكين (المريض الجافة) وترفع فوق الإناء المحتوى على الحلولى وتغطى بمقدار كاف منها باستعمال ملعقة - وتكرر العملية حتى ينتهى المقدار .
- ٥ -- يحمل الكعك قبل تمام جفاف الحلولى ، وإلا استعمل بياض البيض للصق وحدات التجميل .

ثانياً -- حلولى الزبد

تستعمل لتغطية وتجميل الكعك سواء أكان كبيرا أم صغيرا ! وتستعمل أيضاً للحشو الكعك الإسفنجى نظرا لقلة دسامة هذا النوع من الكعك .

حلى الزبد « بالفانيليا »

مقادير :

١/٢ ملعقة شاي فانيليا	١/٢ كيلو سكر حلى
لون إذا أريد استعماله	١/٢ كيلو زبد

الطريقة :

- ١ - يستعمل الزبد الطازج غير المملح .
- ٢ - تخفق الزبد جيداً ثم يضاف السكر المنخول تدريجاً مع الخفق المستمر .
- ٣ - تضاف مواد النكهة واللون في حالة استعماله وتمزج جيداً مع الخليط .

حلى الزبد بالقهوة

ويضاف لحلى الزبد السابقة ملعقة كبيرة من روح القهوة - ويمكن نقص أو زيادة هذا المقدار تبعاً للذوق .

حلى الزبد بالشيكولاتة

يضاف لحلى الزبد السابقة (حلى الزبد بالفانيليا) مقدار ٦ ملاعق كبيرة مسطحة من الشيكولاتة المبشورة غير الحلوة المذابة في مقدار ملعقة كبيرة من الماء الدافئ أو اللبن .

حلى الزبد بالبرتقال

يضاف لحلى الزبد السابقة (حلى الزبد بالفانيليا) البشمل الناعم لبرتقالة ويخفق جيداً مع الزبد والسكر ويستغنى حينئذ عن استعمال الفانيليا .

استعمال حلى الزبد

- ١ - للملح: كحشو كعك الإسفنج الخ ، وقد يضاف إليه بعض الفاكهة المسكرة أو المكسرات المفرومة .

- ٢ - للتغطية : تبسط طبقة رقيقة منه على سطح وجوانب الكعكة ، وقد يغطى السطح فقط ، ثم تدهن الجوانب بالمرلي أو بياض البيض ، وتغطى بالبندق أو اللوز

المحمص المفري غليظاً أو الفستق ، ويمكن تغطية السطح فقط وافر الجوانب بورقة زبد ثم ربطها بالشريط .

٣ - للتجهيل : يجب أن تكون الحلوى باردة متساوية ، وعادة تستعمل البلبلة المنقوشة لهذا الغرض .

ثالثاً - حلوى اللوز

يجب أن يكون اللوز المستعمل من النوع الجيد الطازج .

المقادير :

$\frac{1}{8}$ كيلو لوز مطحون	$\frac{1}{8}$ كيلو سكر ناعم	ملعقة شاي من روح اللوز
$\frac{1}{8}$ كيلو سكر حلوى	بياض بيضتين	أو الفانيليا أو عصير الليمون

الطريقة :

- ١ - ينخل السكر ويخلط جيداً مع اللوز .
 - ٢ - يرب بياض البيض خفيفاً ويضاف إليه مادة النكهة المختارة .
 - ٣ - يضاف البيض لخليط اللوز تدريجاً ويعجن عجينة يابسة ثم تعجن باليد حتى تصير ناعمة .
 - ٤ - يؤخذ ثلثاً العجينة وتفرد بالمردانة على رخامة أو لوح ورشوش بسكر الحلوى مستطيلاً عرضه مساوياً لارتفاع الكعكة .
 - ٥ - يدهن المستطيل ببياض البيض ويغطي به الجوانب وتلصق وتساوى تماماً .
 - ٦ - يفرد الثلث الباقي مستديراً مساوياً لسطح الكعكة ، ثم يدهن ببياض البيض ويلصق على سطح الكعكة ويساوى سطح الكعكة وجوانبها تماماً باليد .
 - ٧ - تترك الكعكة مدة لا تقل عن ٢٤ ساعة قبل تغطيتها بالحلوى الملكية .
- ملحوظة : قد تجميل الكعكة المغطاة بحلوى اللوز بجزء من نفس الحلوى بعد تلوينه وعمل زخرفة منه تلصق على الكعكة ببياض البيض ، ولكن الشائم تغطيتها بالحلوى الملكية .

رابعاً - الحلوى الملكية

المقادير : $\frac{1}{4}$ كيلو سكر حلوى ، ملعقة حلو عصير ليمون مصفى ، يياض بيضتين .

الطريقة :

١ - ينخل السكر بمنخل حرير فى إناء صينى وتعمل بوسطه حفرة ويصب به-ا عصير الليمون .

٢ - يرب يياض البيض خفيفاً ويصب فى الحفرة تدريجاً مع التقليب الجيد بملعقة خشب .

٣ - ينخفق جيداً مدة ٢٠ دقيقة حتى يبيض لونه وينعم تماماً . وقد يضاف إليه بضع نقط من الزهرة المذابة فى قليل من الماء لتحسين اللون الأبيض

٤ - يغطى الإناء المحتوى على الحلوى بشاشة مبللة بالماء طول مدة استعماله، ويلاحظ عدم ملاصقة هذه الشاشة لسطح الحلوى .

تغطية الكعكة بالحلوى الملكية

أعداد الكعكة للتغطية :

- ١ - يساوى سطح الكعكة تماماً أو تقلب ويستعمل السطح السفلى للوجه .
- ٢ - يزال القطع المحروقة والفتات ، وتمسح الكعكة جيداً بخمسة مبللة .
- ٣ - تغطى الكعكة بحلوى اللوز (فى حالة استعماله) وتترك مدة لا تقل عن ٢٤ ساعة
- ٤ - توضع الكعكة على قاعد . سلك أو صحن مقلوب أو صينية مقلوبة أصغر حجماً من الكعكة .

٤ - يوضع على سطح الكعكة مقدار كاف من الحلوى ويساوى بسكين مستديرة الحافة مبللة بالماء البارد ، وتمرر السكين فى اتجاه واحد حتى يتساوى السطح .

٦ - تغطى الجوانب بنفس الطريقة .

٧ - تترك الكعكة فى مكان بارد ليجفف الغطاء مدة لا تقل عن ١٢ ساعة قبل تجميلها .

ملحوظة : نصف كيلو من الحلوى الملكية كاف لتغطية كعكة قطر ٨ بوصه .

النقط الواجب مراعاتها عند استعمال الحلوى الملكية للتجميل :

- ١ - يجب أن تكون الحلوى سميكة بدرجة تساعد الزخرفة على المحافظة على شكلها .
- ٢ - يجب أن تكون الحلوى ناعمة جداً وخالية من الذرات ، ولذا يجب تغطيتها بقطعة نسيج مبللة وخفق الحلوى كلها أريد استعمالها .
- ٣ - يجب أن يكون الكيس والأنايب المستعملة غاية في النظافة .

خامساً - الحلوى الأمريكية

المقادير :

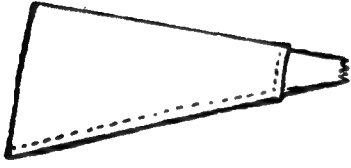
١ كيلو سكر روس أو ما كينة	بياض بيضتين
١ كوب ماء - لون إذا أريد	قليل من الفانيليا

الطريقة :

- ١ - يذاب السكر في الماء على نار هادئة ثم ترفع درجة الحرارة ويترك حتى يغلي مع نزع الريم .
- ٢ - يترك السكر على النار حتى تصل درجة الحرارة إلى ٢٤٠° فهرنهايت أى ١١٩° تقريباً سلتجراد أو إلى أن يكون السكر خيطاً رفيعاً عند صبه من للمعلقة .
- ٣ - يخفق بياض البيض حتى يجمد ويصب فوق السكر تدريجاً (حالة وصوله لدرجة الحرارة المطلوبة) مع المخفق المستمر حتى يصير القوام غليظاً يغطي ظهر المعلقة ثم تضاف الفانيليا واللون في حالة استعماله . يصب بسرعة فوق السكك لتغطيته

أ. كياس وبلابل للتجميل

لزخرفة السكك بالحلوى تستعمل أكياس وبلابل صغيرة مصنوعة من نوع جيد من المعدن ذات نقوش مختلفة تكون زخرفة منوثة عند استعمالها كالورد والشريط والقوقعة الخ وتعمل أكياس التجميل من نسيج متين أشبه بالنسيج المستعمل لقلاع المراكب ولكنه أخف منه . وتشتري هذه الأكياس جاهزة ويمكن عملها بالمنزل كالآتي :



(شكل ١)

يعمل مثلث من النسيج متساوي الساقين طول
ضلعاه ١٢ بوصة والقاعدة ١٥ بوصة ثم تقص قطعة
من جهة الرأس على بعد بوصة . يطوى المثلث ويخاط
ضلعاه بخياطة مسطحة . كما في (شكل ١)



مثلث من ورق الزبد



قرطاس الورق

أكياس الورق :

يعمل قرطاس صغير

من ورق الزبد ويثبت

بدبوس وتعمل له فتحة

صغيرة لوضع أنبوبة

التجميل وتستعمل مثل كيس النسيج .

العناية بأكياس النسيج ويعطى التجميل

ينقع كل على حدة في ماء ثم تغسل بالماء الساخن والصابون وتعصر ثم تجفف
ويمكن إزاله المواد العالقة بالأنايب بفرجون ناعم صغير .

التورتات

تورته البرتقال

المقادير :

عدد ٦:٥ بيضات ووزنها من كل صنف آت . زبد ، سكر ، دقيق	بشر برتقالين وعصير برتقالة ملء ملعقة شاي كبيرة خميرة بيكنج بودر
---	--

الطريقة :

- ١ - تعمل بالطريقة الدسمة (صفحة ٥٨٣) وتصب في القالب المستدير وتخبز في فرن متوسط الحرارة ، تترك لتهدأ ثم تقلب على منخل وتترك لتبرد تماماً .
- ٢ - تشق نصفين وتحشى بحلوى الزبد بالبرتقال (صفحة ٦٠٧) وتغطي بحلوى البرتقال بالماء أو الزبد (صفحة ٦٠٦ أو ٦٠٧) وتجمل على حسب الذوق .
ملحوظة : يمكن تغطية التورته فقط .

تورته الأناناس

المقادير :

$\frac{1}{4}$ كيلو دقيق	٥ بيضات
٥٤٤ ملعقة كبيرة سكر ناعم	ملعقتان شاي من خميرة بيكنج بودر
$\frac{1}{8}$ كيلو زبد (تسج)	ملعقة شاي فانيليا

الطريقة :

- ١ - تعمل بالطريقة الاسفنجية (صفحة ٥٩٤) ويضاف الزبد السائح في النهاية مع تقلبه بخفة .
- ٢ - يصب الخليط في صيليتين معدتين قطر الواحدة ٧ بوصات وينخبز في فرن حار .

٣ - تغلب وتترك حتى تبرد ثم تشق الواحدة نصفين عرضاً وتحشى ثم يرش وجهها بالسكر الناعم .

مقادير الحشو : $\frac{1}{4}$ كوب أنافاس مفرى ومعصور ، $\frac{1}{4}$ كوب كريمة ، ٥ ملاعق سكر ناعم أو سكر حلوى $\frac{1}{4}$ كوب لوز مفرى أو فتات كعك إسفنجى .

الطريقة : تخفق الكريمة ويضاف إليها بقية المقادير .

تورته عين الجمل

المقادير :

$\frac{1}{8}$ كيلو عين جمل مفرى	$\frac{1}{4}$ كيلو	٥٤ ملعقة كبيرة دقيق
ملعقتان شاي من خميرة بيكنج بودر		١٥٠ ملعقة كبيرة كورن فلور
ملعقتان كبيرتان ماء دافئ .		$\frac{1}{4}$ كيلو سكر ناعم
ملعقة شاي فانيليا		$\frac{1}{4}$ كيلو زبد ، ٦ : ٥ بيضات

الطريقة :

- ١ - يخفق الزبد مع السكر جيد .
- ٢ - يضاف مح البيض ويستمر في الخفق مدة ٣ دقائق ثم تضاف الفانيليا .
- ٣ - يفرى الجوز ويخلط ببقية المقادير الجافة (الدقيق والكورن فلور والخميرة والجوز) .
- ٤ - يخفق بياض البيض حتى يجمد تماماً ثم يضاف إليه الماء الدافئ .
- ٥ - تضاف المقادير الجافة وبياض البيض على خليط الزبد بالتبادل مع التقليب بخفة متناهية . تصب في صينية معدة (قطرها ٨ - ٩ بوصات) ويساوى سطحها تماماً .
- ٦ - تترك في فرن متوسط الحرارة مدة ٥٠ دقيقة .
- ٧ - تغلب وتترك حتى تبرد تماماً ، ثم تحشى بحشوة الزبد بروح القهوة (صفحة ٦٠٧) .
- ٨ - تغطى بحلوى الزبد بروح القهوة (صفحة ٦٠٧) وتكش بالشوكه وتجمل بأنصاف الجوز المقشورة والسكرير المسكر .

تورنة الزنجبيل

المقادير :

٢٠٠ جرام زبد ، ٥ بيضات	١ كيلو دقيق
$\frac{2}{4}$ فنجان شاي صغير لبن	١٥ ملعقة شاي خميرة ييكنج بودر
$\frac{1}{4}$ ملعقة شاي زنجبيل ناعم	$\frac{1}{4}$ كيلو سكر

الطريقة :

- ١ — تخلل المقادير الجافة (خميرة . زنجبيل . دقيق) .
 - ٢ — يخفق الزبد مع السكر (طريقة دسمة صفحة ٥٨٣) . ثم تضاف بيضة الزبد وتخفق جيداً ، ثم تضاف بيضة أخرى وهكذا حتى ينتهى عدد البيض .
 - ٣ — يضاف الدقيق واللبن مع التقليب بخفة .
 - ٤ — تصب فى صينية معدة قطرها ٨ بوصات وتخبز فى فرن متوسط الحرارة مدة ٥٠ دقيقة . تقلب على منخل سلك وتترك حتى تبرد .
 - ٥ — تقطع عرضاً إلى ثلاثة أقسام (حلقات) .
 - ٦ — تحشى بمحشوة الزنجبيل (صفحة ٦٠٢) ويرش سطحها بقليل من السكر الناعم .
- تورنة الشيكولاتة (رقم ١)

المقادير :

$\frac{1}{4}$ كيلو زبد	١ كيلو دقيق
٧ بيضات ، فانيليا	٥٥ ملعقة شاي من خميرة ييكنج بودر
قليل من اللبن	$\frac{1}{4}$ كيلو سكر

الطريقة :

- ١ — يخفق الزبد مع السكر حتى يصير كالقشدة (طريقة دسمة صفحة ٥٨٣) .
- ٢ — يضاف البيض واحدة فواحدة كما فى تورنة الزنجبيل السابقة وتضاف الفانيليا .
- ٣ — يضاف الدقيق والخميرة ويقلب بخفة مع استعمال قليل من اللبن إذا احتاج الأمر .
- ٤ — تخبز فى فرن متوسط الحرارة مدة ٥٠ دقيقة .

٥ - تترك حتى تبرد ثم تشق نصفين وتوضع طبقة سميكة من حشو الشيكولاتة (صفحة ٦٠٠) . تغطى التورتة بملوح ~~بالحلوى~~ بالشيكولاتة (صفحة ٦٠٥) .
ملحوظة : إذا ارتفعت الكعكة من الوسط أثناء خبزها يقطع هذا الجزء من السطح (بعد تبريدها) وتقلب الكعكة على الوجه الآخر .
تورتة الشيكولاتة (رقم ٢)

المقادير :

نصف ملعقة شاي كريم الطرطريك	١ ١/٢ كوب دقيق
نصف ملعقة شاي بيكر بونات الصوديوم	١ ١/٢ كوب سمن
بشر ليمونة	٢/٣ كوب سكر ناعم
٤٠ جرام شيكولاتة ناعمة أو ٢٠ جرام كاكو	١ كوب لبن ، ٥ بيضات
	الطريقة :

- تعمل بالطريقة الدسمة (صفحة ٥٨٣) . يفصل زلال البيض من الملح ويرب كل على حدة ، مع إضافة بشر الليمون للمح .
- ٢ - يضاف المح للسمن والسكر المخفوق ويخفق جيداً .
 - ٣ - تخلط الشيكولاتة أو السكاكو بالدقيق .
 - ٤ - تذاب البيكر بونات وكريم الطرطريك في اللبن .
 - ٥ - يضاف اللبن والدقيق بالتبادل للخليط السمن والسكر مع التقليب .
 - ٦ - يضاف زلال البيض المخفوق جامداً للخليط ويقلب بخفة متناهية .
 - ٧ - يصب الخليط في القالب المعد ويخبز في فرن متوسط الحرارة .
 - ٨ - تقلب التورتة على منخل وتترك حتى تبرد .
 - ٩ - تغطى بحلوى الشيكولاتة بالماء (صفحة ٦٠٥) وتجعل على حسب الذوق بالكريز المسكر والإنجليكا وحلوى الزبد بالفانيليا (صفحة ٦٠٧) .
- تورتة البندق

المقادير :

٤ ملاعق كبيرة أنيطة مدقوقة ناعماً	١ ١/٢ فنجان شاي بندق مقشور
١ ١/٢ ملعقة شاي خميرة بيكنج بودر	١ فنجان سكر ناعم ، ٥ بيضات

الطريقة :

- ١ — تعمل بالطريقة الإسفنجية (صفحة ٥٩٤) وتوضع في صينية معدة
- ٢ — تخبز في فرن متوسط الحرارة حتى تنضج .
- ٣ — تقلب باحتراس على منخل وتترك حتى تبرد .

للتهليل :

- ١ — تدهن بالمربي الساتجة أو بياض البيض وتغطي جوانبها بالفستق أو البندق المحمص المفري غليظاً .
- ٢ — تجمل الحافة بالمكرون (صفحة ٥٧٤) ، وذلك بأن يدهن السطح الأملس للمكرون بالمربي أو بياض البيض ثم يلصق جنباً لجنب .
- ٣ — يغطي السطح (داخل المكرون) بالفستق أو البندق المفري غليظاً ثم يرش السطح بالسكر الناعم .

تورته الميل في

ذكرت في باب الفطير (صفحة ٥٥٠ ، ٥٥١) .

تورته الرخام

تعمل كعكة الرخام (صفحة ٥٨٧) وتترك حتى تبرد .

للتهليل :

- ١ — تغطي بحلوى الزبد الملونة خفيفاً بالشيكولاتة (صفحة ٦٠٧) .
- ٢ — تجمل بأصابع الشيكولاتة على هيئة عيدان القرفة (تشتري من محال الحلوى) ووحدات الكريز المسكر والأنجليكا المقطعة على هيئة أوراق الخ ، على حسب الرغبة والذوق .

تورته اللوز

٣ ملاعق كبيرة من أنبطة	٨ بيضات
ملعقة شاي خميرة بيكنج بودر	٨ ملاعق كبيرة من لوز مفري ناعماً
	٨ ملاعق كبيرة من سكر ناعم

الطريقة :

- ١ - يفصل البياض عن مع البيض ثم يضاف السكر للمع ويرب جيداً .
- ٢ - تحاط المقادير الجافة بعضها ببعض وتضاف المع كذا الفانليا وتقلب معه .
- ٣ - يخفق بياض البيض حتى يجمد تماماً ويمزج بالعجينة بخفة متناهية .
- ٤ - تصب في الصينية المعدة وتخبز في فرن متوسط الحرارة .
- ٥ - تقلب على منخل أو قاعدة سلك تترك حتى تبرد .
- ٦ - تغطى وتجمل بحلوى الزبد (صفحة ٦٠٦) على حسب الذوق ويمكن تغطية الجوانب باللوز المحمص المفري غليظاً .

تورته العرس Wedding Cake

- تعمل كعكة العرس (صفحة ٥٩٤) وتغطى أولاً بحلوى اللوز (صفحة ٦٠٨) ثم
بالحلوى المالكية (صفحة ٦٠٩) وتجمل بالحلوى على حسب الذوق .

تورته الكريسمس Xmas Cake

- ١ - تعمل كعكة عيد الميلاد (صفحة ٥٩٣) .
- ٣ - تغطى بحلوى اللوز (صفحة ٦٠٨) ثم بالحلوى المالكية (صفحة ٦٠٩) .

الجاتو

عبارة عن قطع أو وحدات صغيرة من الكعك أو الفطير بحملة تجميلاً خفيفاً وللجاتو أنواع كثيرة ، منها :-

- ١ - الإكلير: يحلوى الشيكولاتة أو حلوى القهوة أو بالسكر الناعم (صفحة ٥٥٣) .
- ٢ - فطيرات الفاكهة (صفحة ٥٢٥) .
- الفطيرات المحشوة باللوز والشيكولاتة الخ من (صفحة ٥٢٣ إلى صفحة ٥٢٤) .
- ٤ - كعك إسفنجي بالمربي مغطى يحلوى الماء البيضاء أو الملونة ، أو يحلوى القهوة والشيكولاتة (صفحة ٥٠٥) ، وتقطع قطعاً ملائمة وتعمل خفيفاً بالكرين والأنجليكا والمكسرات .
- ٥ - الميل في (صفحة ٥٤٤) .
- ٦ - السويسرول (ص ٥٩٧ - ٥٩٨) ويقطع حلقات .
- ٧ - تورتات مغطاة ومقطعة قطعاً مستطيلة أو مربعة (من ص ٦١٢ - ص ٦١٧) .
- ٨ - قراطيس الفطيرة المحشوة (٥٣٩ ، ٥٤٤) .
- ٩ - أصابع الفطير الدسم رقم ٣ (ص ٥٤٢) .
- ١٠ - قوالب صغيرة من عجينة البابا بالشراب (ص ٤٩٤) .
- ١١ - المراجع .

المرانج Meringues

المرانج نوع من الجاتو مصنوع من السكر الناعم وبياض البيض المخفوق ، بواقع ملعقة كبيرة سكر ناعم لكل بياض بيضة .

الطريقة :

- ١ - يجب أن يكون البيض المستعمل طازجا ليسهل خفقه .
- ٢ - تعد صينية بدونها أولا بالزبد ثم رشها بطبقة من دقيق الارز (أرز مدقوق منخول ناعم) .
- ٣ - يخفق بياض البيض حتى يجمد ، ثم يضاف إليه مقدار من السكر ويعاد خفقه حتى يجمد تماماً .

- ٤ - ينخل باقى السكر على بياض البيض ويمزج معه بخفة باستعمال ملعقة من المعدن .
٥ - يشكل على حسب الرغبة كالآتى :

(١) تملأ ملعقة حلو المرائنج ثم تسطح بالسكين وتوضع على الصيلية المعدة لتمثل نصف البيضة .

(ب) يوضع الخليط فى كيس به بلبلة سادة قطرها ١ بوصة . ويضغط الخليط على الصيلية على هيئة حلزون مستدير أو بيبضاوى الشكل .

٦ -- يرش سطح المرائنج بقليل من السكر الناعم .

٧ -- يزج فى فرن هادىء نوعاً حتى يجمد (ربع ساعة) ثم تهدأ الحرارة جداً ويترك حوالى ساعتين حتى ينضج ، بشرط ألا يحمر لونه .

٨ -- يرفع باحتراس بطرف سكين ويترك حتى يبرد تماماً .

٩ - تعمل فتحة صغيرة بأسفل كل واحدة بيد ملعقة صغيرة ، ثم تحشى الوحدات بالخشو المختار .

١٠ -- تلتصق كل اثنين بحجم واحدة معاً ، وتجميل حافة الالتصاق بوردات صغيرة من السكرية المخفوقة ، ثم ترش الوردات بالفستق المفرى .

١١ - يرتب فى صحن مفروش بورقة دنتيل ويقدم .

الخطوات لعمل للمرائنج :

١ - كريمه مخفوقة محلاة بالسكر ومضاف إليها روح الفانيليا .

٢ - كريمه مخفوقة محلاة بالسكر ومضاف إليها روح الفانيليا وروح القهوة .

٣ - كريمه مخفوقة محلاة بالسكر ومضاف إليها روح الفانيليا وقطع الفاكهه المسكرة (لارنج . كرز) .

البودنج Puddings

يطلق هذا الاسم عادة على أنواع كثير من الحلوى الباردة والساخنة وأقسامها كما يلي :

- ١ — بودنج اللبن ، مثل قالب الكورن فلور وقالب الشيكولاتة .
- ٢ — قالب اللبن ، مثل قالب الكورن فلور وقالب الشيكولاتة .
- ٣ — قالب الفاكهة .
- ٤ — البودنج المصنوع من الخبز أو البسكوت مثل بودنج الخبز بالزبد والشارلوت .
- ٥ — البودنج المصنوع من عجينة الكعك مثل بودنج الكنارى والبرتقال الخ .
- ٦ — بودنج الكستردة المختلفة النوع ، مثل الكستردة فى الفرن وبالكريمة ، والكستردة المغلية الخ .
- ٧ — البودنج باستعمال الخيرة ، مثل بودنج البابا .
- ٨ — البودنج بالدهن : ومنه النوع الحلو والنوع المملح ، مثل بودنج الفاكهة وبودنج اللحم .

أولاً - بودنج اللبن

وهذا النوع من البودنج سهل العمل ، خصوصاً إذا روعيت الشروط الآتية فى عمله :

- ١ — كيل اللبن بدقة .
- ٢ — وزن الحبوب بدقة .
- ٣ — الطهى على نار هادئة لإنضاج الحبوب .

الحبوب المستعملة للبودنج : الأرز ، القمح السيجو ، التيبوكا ، الشعير الخ .

المقادير : - لكل ¼ كيلو لبن ٣ ملاعق شوربة مسطحة حبوب ، سكر للتخلية ، قليل من

مسحوق جوزة الطيب أو الفانيليا أو ماء الورد .

طرق عمل البودنج

الطريقة الأولى :

- ١ — تسكيل الحبوب ثم تغسل مراراً بالماء البارد .
- ٢ — يسكيل اللبن ويوضع فى قالب الفرن ، يحلى بالسكر ثم تضاف الحبوب ويذر على الوجه قليل من جوزة الطيب .

٣ - تطهى في فرن متوسط الحرارة مدة ساعتين (مع ملاحظة التقليب مرتين أو ثلاثة في أثناء الطهى) إلى أن تنضج الحبوب ويصير البودنج كالكرème ويحمر وجهه .

الطريقة الثانية :

- ١ - توضع الحبوب بعد كيلها وغسلها في إناء مع مقدار من اللبن .
- ٢ - تطهى على نار هادئة مدة ١ ساعة إلى ساعتين ، مع ملاحظة تغطية الإناء حتى يتم النضج .
- ٣ - يحلى ، وتضاف مادة النسكة (ماء الورد أو الفانيليا) ثم يوضع في قالب ويرج في فرن هادئ . لا حمرار الوجه أو يغرف في أطباق ويترك ليبرد قليلا ثم يجملم بالمكسرات والزيب الخ عل حسب الرغبة .

الطريقة الثالثة :

المقادير : كالسابقة . وتنبع هذه الطريقة في حالة استعمال الحبوب المدقوقة والصغيرة الحجم كالآرز والسيجو .

الطريقة :

- ١ - يحلى اللبن بالسكر ويرفع على النار حتى يغلى .
- ٢ - ترش الحبوب مع التقليب بقوة ويستمر على ذلك مدة ١٠ دقائق حتى تعرب الحبوب من النضج نصف نضج ثم تصب في قالب مدهون وتحلى ثانياً ويوضع على وجهها قطع متناثرة من الزبد ثم تـرج في فرن متوسط الحرارة ليحمر الوجه . أو يتم نضجها وتغرف في أطباق وتبرد قليلا ثم تجملم بالمكسرات والزيب الخ على حسب الرغبة .

قوالب بودنج اللبن باستعمال الحبوب الصحيحة

يمكن عمل البودنج قوالب حلوى باردة بدون استعمال الجلاتين .

المقادير : ٧٥ جرام حبوب اسكل ١/٢ كيلو لبن .

الطريقة : تتبع الطريقة الثانية السابقة ثم تبلل القوالب بالماء البارد ويصب فيه الخليط ويترك ليبرد تماما ثم يقلب في صحن ويجملم .

قوالب بودنج اللبن باستعمال الحبوب المطحونة أولا- بودنج اللبن قالب الكورن فلور

المقادير :

سكر التحلية	١ كيلو لبن
قليل من الفانيليا	٤ - ٥ ملاعق كبيرة كورن فلور

الطريقة :

- ١ - يذاب دقيق الكورن فلور في قليل من اللبن البارد (حوالى ١ كوب) .
- ٢ - يحلى اللبن بالسكر ويغلى على النار .
- ٣ - يضاف اللبن المغلى على خليط الكورن فلور مع التقليب المستمر .
- ٤ - يعاد الخليط على النار الهادئة حتى يغلى مدة ٣ دقائق مع مراعاة التقليب المستمر .
- ٥ - تضاف الفانيليا ثم يصب الخليط في قالب مبلل بالماء البارد .
- ٦ - يترك حتى يجمد ثم يقلب في طبق بللور ويجمد بالسكر والفستق المفرد .

فالودج اللبن

يستبدل بالكورن فلور الدشا وتبج الطريقة التى اتبعت في قالب الكورن فلور السابق
ويمكن تلوين الفالودج .

قالب الكورن فلور بالشيكولاتة

كمقادير قالب الكورن فلور بإضافة ملء ملعقة حلو شيكولاتة بودرة أو ملعقة حلو
مسطحة كاكاو .

الطريقة : كطريقة قالب الكورن فلور السابقة وتذاب الشيكولاتة أو الكاكاو في اللبن

قالب الارز المطحون

المقادير :

٤ ملاعق شوره مسطحة من أرز مطحون ناعم ١ كيلو لبن قليل من الفانيليا - سكر للتحلية

الطريقة:

- ١ - يعمل كالعالب الكورن فلور (ص ٦٢٢) ويترك لينضج مدة ١٠ دقائق على نار هادئة مع التقليب المستمر . يحلى بالسكر وتضاف الفانيلا .
 - ٢ - يصب في قالب مبل ويترك في مكان بارد أو على الثلج حتى يجمد .
 - ٣ - يقلب ويحمل بالفستق المفري والكريز أو على حسب الرغبة .
- بودنج الأرز بالليمون

المقادير:

٣ ملاعق شوربة مسطحة أرز	بيضتان	ملعقة سكر
١ كيلو لبن	قشر وعصير ليمونة كبيرة	ملعقتان من المربي

الطريقة:

- ١ - يطهى الأرز مع اللبن وقشر الليمون الرفيع على نار هادئة حتى ينضج تماماً .
- ٢ - ينزع القشر ويحلى اللبن بالسكر ويترك ليبرد قليلاً .
- ٣ - يضاف مع البيض وعصير الليمون للخليط ويقلب .
- ٤ - يصب في صحن فرن مدهون بالزبد ويزج في فرن متوسط الحرارة حتى يجمد السطح قليلاً .
- ٥ - يغطى السطح بطبقة المربي ثم يخفق زلال البيض حتى تجمد ويوضع فوق المربي ويرش قليل من السكر الناعم ، يزج الصحن في فرن هادئ حتى يجمد البياض ويصفر لونه .

بودنج المعكرونة باللبن

المقادير:

١ كيلو معكرونة	قليل من الفانيلا
١ كيلو لبن ، بيضتان	سكر للتخلية

الطريقة:

- ١ - تقطع المعكرونة قطعاً طول الواحدة بوصتان وتنقع في اللبن مدة ساعة .

- ٢ - تطهى مع اللبن على نار هادئة حتى تنضج .
 ٣ - تبرد ثم يضاف إليها البيض وتحلى بالسكر وتقلب .
 ٤ - تصب في صحن فرن مدهون أو صينية صغيرة وتزج في فرن هادئ حتى يحمر الوجه

بودنج السامولينا

المقادير :

٣ ملاعق شوربة مسطحة سامولينا (سميط)	بيضتان ، فانيليا
$\frac{1}{4}$ كيلو لبن	سكر للتحلية

الطريقة :

- ١ - يغلى اللبن وتذرع عليه السامولينا مع التقليب ، وتطهى على نار هادئة حتى يغلظ قوامها . تحلى بالسكر وتترك حتى تبرد قليلا ثم يضاف إليها مع البيض والفانيليا
 ٢ - يخفق بياض البيض حتى يجمد ويضاف للسابق ويقلب بخفة .
 ٣ - يخبز في فرن متوسط الحرارة حتى يحمر الوجه .

ثانيا - قوالب اللبن

ينظر باب الالماسية باللبن (ص ٦٥٧ و ٦٥٨) .

ثالثا - قوالب الفاكهة

ينظر باب الالماسية بالفاكهة (ص ٦٥٠ و ٦٥١) .

قالب الليمون

المقادير :

٢ كوب ماء ، قشر وعصير ليمونة	بيضتان
٥ ملاعق كبيرة مسطحة كورن فلور	٧٥ جرام من سكر ما كينة

الطريقة :

- ١ - يذاب الكورن فلور في قليل من مقدار الماء البارد .

- ٢ - يغسل الليمون ويخفف ويدعك السكر في الليمون .
 - ٣ - يضاف السكر لباقي الماء ويذاب على نار هادئة حتى يغلي ثم يضاف إليه عصير الليمون المصنّى .
 - ٤ - يضاف خليط الماء للكورن فلور مع التقليب الجيد .
 - ٥ - يعاد الخليط للأناء ويوضع على نار هادئة مع استمرار التقليب ويترك ليغلي مدة ٣ دقائق . يبرد الخليط قليلا ويخفق البيض جيدا ويضاف إليه ويقلب .
 - ٦ - يعاد على النار الهادئة ويقلب حتى يغلي القوام ويزول طعم البيض النيء .
 - ٧ - يبرد قليلا ويصب في قالب مبلل ويترك حتى يجمد .
 - ٨ - يقلب ويحمل بقليل من الفستق المفروى .
- ملحوظة : هذا القالب من الأصناف الصالحة لغذاء المرضى في دور النقاهة .

قالبوذج الليمون

المقادير والطريقة : كالسابق ويستبدل بالكورن فلور الدشا ويستغنى عن البيض يغرف في أطباق ويحمل بالفستق .

قالبوذج البرتقال

المقادير :

سكر للتخلية	كوب ماء
٤ - ٥ ملاعق كبيرة مسطحة نشا أكل	كوب عصير البرتقال

الطريقة : يعمل مثل قالب الكورن فلور الأبيض (صفحة ٦٢٢) .

رابعا - البودنج المصنوع من الخبز أو البسكوت

بودنج بفات الخبز (رقم ١)

المقادير :

٥ ملاعق كبيرة مسطحة فاكهة	١/٢ كيلو خبز أفرنجي بايت
مسكرة (زبيب ولارنج) ملعقة	١/٢ كيلو لبن حليب
سمن ، بيضتان ٢٥ ملعقة كبيرة سكر	قليل من جوز الطيب أو الفانيليا
(٤٠ - طهي)	

- ١ - يقشر الخبز ويوزن بعد التقشير .
 - ٢ - يسيح السمن ويضاف إليه اللبن والسكر ويضاف للخبز ويقلب جيداً حتى ينهرى
 - ٣ - يمرر خلال مصفاة سلك ويضاف البيض والفاكهة وجوز الطيب للخليط المصفى
 - ٤ - يدهن قالب بالسمن ثم يغطى بطبقة من خليط الدقيق والسكر (مقادير متساوية)
 - ٥ - يوضع الخليط فى القالب المعد ويغطى بورقة مدهونة بالسمن .
 - ٦ - يطهى بالبخار مدة $\frac{2}{3}$ ساعة .
 - ٧ - يقلب ويقدم مع أى نوع من الصلصة الحلوة - كصلصة المشمش (صفحة ٩٤)
- بودنج بفئات الخبز (رقم ٢)

المقادير :

ملء كوب لبن ، ٣ بيضات . فنتجان	ملعقة كبيرة من مربى
شاي متوسط فئات خبز أفرنجى بايت	ملعقة سكر ناعم فانيليا

الطريقة :

- ١ - يغلى اللبن ويحلى بالسكر ويضاف لفئات الخبز ويترك مدة ١٠ دقائق .
- ٢ - يضاف مع البيض والفانيليا ويقلب الخليط جيداً .
- ٣ - يصب الخليط فى صحن فرن مدهون ويخبز فى فرن متوسط الحرارة مدة ٢٠ دقيقة
- ٤ - يوضع على السطح طبقة من المربى ثم يياض البيض المخفوق جامداً والمخلوط بخفة بملعقة سكر ناعم .
- ٥ - يرش الوجه بقليل من السكر الناعم ويزج فى فرن هادى حتى يجمد يياض البيض ويصفر لونه .

بودنج كعك الإسفنج

المقادير :

٧٥ جرام من كعك إسفنجى بايت	ملء ملعقة شاي سكر للتحلية
أو بسكوت سافوى	٣ بيضات ، فانيليا
ملء كوب لبن	قليل من المربى

الطريقة :

- ١ - يقطع الكمك شرائح ويدهن بالمربي ثم يرص في صحن فرن مدهون بالسمن .
- ٢ - يفصل مخ البيض ويخفق قليلا ويضاف إليه اللبن والفانيليا ويحلى بالسكر .
- ٣ - يصن الخليط على الكمك ويترك الصحن مدة ١ ساعة ليمتص الكمك السائل .
- ٤ - يخبز في فرن هادى حتى يجمد السطح نوعا .
- ٥ - يخفق بياض البيض حتى يجمد تماما ، ثم تخلط بخفة مع ملعقة من السكر الناعم ويوضع على سطح البودنج ويرش بعاقل من السكر .
- ٦ - يعاد الصحن في فرن هادى حتى يجمد البياض ويحمر لونه نوعا .

بودنج الخبز بالزبد

المقادير :

سكر للتحلية	قطع خبز أفرنجى مدهونة زبد
٣ ملاعق كبيرة مسطحة من الزبيب	٧٥ جرام
واللارنج المسكر المفروى أو ملء ملعقة	بيضتان ، ١ كيلو لبن
كبيرة من مربى اللارنج	قليل من الفانيليا

الطريقة :

- ١ - يقشر الخبز ويقطع شرائح رفيعة ثم يوزن ويدهن بالزبد .
- ٢ - يوضع طبقات متبادلة من الخبز والفواكه أو المربي في طبق فرن مدهون بحيث تكون الجهة المدهونة من الخبز لأسفل .
- ٣ - يخفق البيض قليلا ويضاف إليه اللبن والسكر والفانيليا ويقلب ليذوب السكر .
- ٤ - يصب الخليط على الخبز ويترك حوالى ساعة ليتشرب الخبز السائل .
- ٥ - يرش على الوجه قليل من جوزة الطيب .
- ٦ - تخرج في فرن هادى حوالى ساعة حتى تنضج الكستردة ويحمر الوجه .
- ٧ - تقدم ساخنة أو باردة .

قالب بودنج الخبز بالزبد

المقادير :

٧٥ جرام من زبيب بناتي ولارنج	١ كيلو لبن
مسكر ، وسكر ناعم للتحلية	٧٥ جرام من خبز أفرنجي
فانيليا أو جوزة الطيب	٦ بيضات ، زبد

الطريقة :

- ١ - يدهن قالب خبز صغير بالسمن دهناً جيداً .
 - ٢ - يحمل القاع خفيفاً باستعمال الزبيب وشرائح من اللارنج المسكر .
 - ٣ - يقشر الخبز ويقطع شرائح أو مثلثات رفيعة ويوزن .
 - ٤ - يدهن الخبز بالزبد وتوضع طبقة منه على القاع المجهز بحيث تكون الجهة المدهونة لأسفل .
 - ٥ - توضع طبقة من الفاكهة المعدة وأخرى من الخبز وهكذا على شرط أن تكون الطبقة العليا من الخبز وأن يصل الخبز لمنتصف ارتفاع القالب فقط .
 - ٦ - يخفق البيض قليلاً ويضاف إليه اللبن والسكر والفانيليا أو مبشور جوزة الطيب ويقاب حتى يذوب السكر ثم يصنى الخليط .
 - ٧ - يضاف نصف خليط اللبن على الخبز ويترك ليتشرب مدة ١ ساعة ثم يضاف المقدار الباقي ويترك مدة ١ ساعة أخرى .
 - ٨ - يوضع القالب في صينية وحوله ماء يصل لنصف ارتفاع القالب .
 - ٩ - يخبز في فرن متوسط الحرارة حتى تنضج الكستردة .
 - ١٠ - يترك ليهدأ نوعاً ثم يقاب في صحن ويقدم بارداً .
- بودنج الخبز بالسكرملة

المقادير :

١ كوب لبن وملعقة كبيرة من كريمة	١ كيلو خبز أفرنجي بايت
١ كيلو فاكهة مسكرة مفرية (لارنج وزبيب بناتي)	٢٥ ملعقة كبيرة سكر ناعم
	بيضتان ، فانيليا ، مع بيضتين

للكرملة : ١٢ قطعة صغيرة من سكر مكينة ، ملعقة كبيرة من ماء .
الطريقة :

- ١ - تزال القشرة من الخبز ويوزن (١٢٥ جرام) .
 - ٢ - يقطع الخبز مكعبات متساوية وتضاف إليه الفواكه المقطعة .
 - ٣ - يضاف سكر الما كينة للماء ويوضع على النار حتى يحمر لونه (كرملة) .
 - ٤ - يضاف اللبن للسكر المحروق (الكرملة) كذا السكر الناعم ، ويوضع على النار حتى يغلي ، ثم يصفى فوق الخبز المعد ويترك مدة ١ ساعة .
 - ٥ - يخفق البيض قليلا ويضاف إليه الفانيليا والكرامة ويضاف اخليط الخبز ويقلب معه بخفة .
 - ٦ - يصب الخليط في قالب سادة مدهونة جيدا بالسمن ثم يغطى القالب بورقة مدهونة
 - ٧ - يطهى على البخار مدة ١ ساعة إلى ساعتين .
 - ٨ - تقدم معه صلصة الكستردة (ص ٨) أو صلصة المربي (ص ٩٢) .
- شارلوت بالتفاح

المقادير :

كيلو من التفاح	قليل من الماء
ملعقة كبيرة من عصير الليمون	خبز بلدى بايت
سكر ناعم للتخلية	٧٥ جرام من سمن مقدوح دافئ
صح ٣ بيضات	صلصة كستردة (صفحة ٨٠) لتقديم

الطريقة :

- ١ - يدهن قالب شارلوت (قالب مستدير سادة) بالسمن ثم يرش بطبقة من السكر الناعم . يقشر الخبز ويقطع سمك ١ بوصة وتقع منه دائرتان قطرهما أقل من قطر القالب ببوصة .
- ٢ - تعمل أصابع سمكها ١ بوصة وعرضها ببوصة وطولها يساوى ارتفاع القالب تماما .
- ٣ - تقسم جميع القطع في السمن . ترص أصابع الخبز جنباً لجنب داخل جدران القالب مع ملاحظة عدم ترك فضاء بين القطع وبعضها

- ٤ - توضع إحدى دائرتي الخبز في القاع باحتراس .
- ٥ - يقشر التفاح ويقطع ويوضع في إناء مع الماء والسكر وعصير الليمون حتى ينهري « بيوريه » . يصفى التفاح ويضاف إليه البيض ويقلب جيداً ويعاد تخلطه .
- ٦ - يملأ القالب المعد بخليط التفاح ويغطى بدائرة الخبز الثانية .
- ٧ - يخبز في فرن متوسط الحرارة حتى يحمر .
- ٨ - يقلب ويقدم ومعه صلصة الكستردة ، ويمكن تقديمه بدون صلصة .

التريفيل Trifle

التريفل البسيط

المقادير :

- | | | |
|-------------------------------------|--|-------------------------------------|
| ١/٢ كوب عصير فاكهة (عنب أو برتقال | | ١/٢ كمكة إسفنجية (صفحة ٥٩٥) |
| ١/٢ مقدار كستردة مغلية (صفحة ٦٣٨) | | ١/٢ مقدار كستردة مغلية (صفحة ٦٣٨) |
- للتنجيم : ١/٢ كوب : كريمة . قليل من الفستق وبضع وحدات من الفاكهة المستعملة .

الطريقة :

- ١ - يقطع الكمك على حسب الذوق ويرص في طبق بلور عميق وتبسط المربي فوق ثم يغطى ببطيخة أخرى من الكمك « ساندوتش » .
 - ٢ - يصب عليه عصير الفاكهة ويترك حتى يتشرب العصير .
 - ٣ - يغطى السطح بالكستردة المغلية الباردة ثم يجميل بالكريمة والفستق والفاكهة .
- التريفل بالشيكولاتة

المقادير :

- | | | |
|---------------------------------|--|---------------------------|
| سكر للتخلية ، قليل من الفانيليا | | كمكة إسفنجية (صفحة ٥٩٥) |
| ١٠٠ جرام شيكولاتة | | ١/٢ كيلو لبن |
- للتنجيم : من ١/٨ - ١/٤ كيلو كريمة مخفوفة . ولوز محمص مفري غليظ أو فستق .

الطريقة :

- ١ - تذاب الشيكولاتة في اللبن على نار هادئة ثم يحلى بالسكر على حسب الرغبة وتضاف الفانيليا .

- ٢ - يرص الكعك في طبق بلورى عميق ويصب عليه خليط اللبن بالشيكولاتة .
- ٣ - يترك الطبق حتى يبرد ويمتص الكعك السائل .
- ٤ - تخفق الكريمة جيداً ويغطى بها السطح تماماً يرش السطح باللوز أو الفستق .

التزييل بالفاكهة

المقادير :

كوب عصير فاكهة أو شراب فاكهة مخفوفة	كعكة إسفنج قطرها ٦ بوصة مصنوعة من
ملعقتان كبيرتان من كريمة منزوع النوى	$\frac{1}{4}$ مقدار كعك الإسفنج (صفحة ٥٩٥)
ملعقتان كبيرتان من مربى	أو بقايا كعك أو بسكويت إسفنجى
عدد ٢ : ٣ من الموز	$\frac{3}{4}$ مقدار كستردة مغلية باردة (ص ٦٣٨)

للإجماع : $\frac{1}{4}$ كوب كريمة مخفوفة فستق وفاكهة .

الطريقة :

- ١ - يقطع الموز حلقات ويبدط في قاع الطبق البلورى .
 - ٢ - تبدط المربى على سطح الكعكة المشقوقة ، ويوضع هذا السطح المدهون بالمربى على الموز مباشرة (تستعمل المربى في حالة استعمال الموز فقط) .
 - ٣ - يوضع السكرىز فوق طبقة الكعك ويغطى بطبقة الكعك الثانية .
 - ٤ - يصب عليه العصير ويترك حتى يمتصه الكعك تماماً .
 - ٥ - يغطى السطح بطبقة من الكستردة السميك الباردة .
 - ٦ - يحمل السطح بالسكرىمة المخفوقة بذوق سليم كذا بالفاكهة المحتفظ بها وبالفستق .
- تزييل الموز مع الفراولة
- كالمسابقة باستعمال الموز والفراولة بدلاً من الموز والسكرىز .
- تزييل السكرىز مع التفاح
- كالمسابقة باستعمال السكرىز والتفاح المطهى ويستغنى حينئذ عن مقدار المربى .

تريفل بالجيلي

المقادير :

كعك أوبسكويت (إسفنجى) أو بقايا كعك | لوز ومرنبى وكريمة و الحشو ،
٢ كوب جيلي (الماسية عادية ص ٦٥٧) | كريمة وفستق للتجميل ،

الطريقة :

- ١ - يحشى الكعك بخليط من اللوز المفرد والمرنبى والكريمة « ساندوتش » .
- ٢ - يوضع فى طبق بلور ويصب فوقه الجيلي وتترك حتى تجمد فى مكان هادئ أو ثلاجة
- ٣ - يغطى السطح بالكريمة المخفوقة بشكل هرمى ويجمل بالفستق أو اللوز على حسب الذوق .

تريفل بالجيلي والكستردة

المقادير :

الكعك الإسفنجى البسيط (ص ٥٩٥) ملء | ٢ مقدار كستردة مغلية (صفحة ٦٣٨)
٢ كوب ماسية بسيطة (ليمون برتقال - فراولا) | كريمة وفستق للتجميل

الطريقة :

- ١ - يقطع الكعك شرائح ويرتب فى صحن بلورى .
- ٢ - يسقى بنصف مقدار الماسية الساخنة ويترك حتى يبرد وتجمد الماسية .
- ٣ - يصب النصف الآخر من الماسية « باردة سائلة » ويترك حتى يجمد .
- ٤ - تصب الكستردة الباردة على السطح ويجمل التريفل بالكريمة المخفوقة والفستق

خامساً - البودنج المصنوع من عجينة الكعك بودنج الكنارى

المقادير :

بيضتان ، وزنهما من كل صنف آت	¼ ملعقة شاي خميرة بيكنج بورد
سكر ، وزبد ، دقيق	قليل من اللبن ، إذا احتاج الأمر
بشر ليمونة	صلصة ليمون (ص ٩٣) للتقديم ،

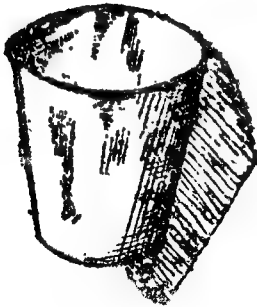
الطريقة :

- ١ - يخفق الزبد والسكر جيداً حتى يصير كالقشدة ويضاف بشر الليمون .
- ٢ - تضاف بيضة وملعقة دقيق ثم يخفق الخليط جيداً .
- ٣ - تضاف بيضة أخرى وملعقة دقيق ثم يخفق الدقيق جيداً .
- ٤ - يضاف باقى الدقيق المخلوط معه الخميرة ثم يخفق الخليط جيداً .
- ٥ - يضاف مقدار من اللبن إذا احتاج الأمر حتى يصير العجينة المتوسطة الليمونة
- ٦ - يصب الخليط فى قالب مدهونة جيداً بالسمن ويغطى القالب بورقة مدهونة .
- ٧ - يطهى على البخار حوالى ساعتين يقاب من القالب ويقدم مع صلصة الليمون

بودنج القصر

الطريقة :

- ١ - يعمل خليط الكنارى
- ٢ - يصب فى قوالب صغيرة مدهونة دار يول Dairole إلى منتصفها ويغطى كل قالب بورقة مدهونة بالسمن .
- ٣ - تطهى القوالب على البخار من ٣٠ : ٤٠ دقيقة .
- ٤ - تقاب وتدهن بالمربى السائلة (مربى ممزوجة بالماء) ثم تغطى بمبشور جوز الهند .



قالب الدايبول

٥ - توضع في طبق بنظام وقد تجميل بالانجليكا والكريز وشرائح اللوز ويصب حولها صلصة الليمون (صفحة ٩٣) أو صلصة المربي (٩٢) .

بودنج الشيكولاتة

كمقادير بودنج الكنارى بإضافة ملء ملعقة كبيرة من مسحوق الشيكولاتة أو معلقة كبيرة مسطحة كاكاو .

الطريقة :

- ١ - يعمل كبودنج الكنارى (ص ٦٣٣) وتخلط الشيكولاتة أو الكاكاو مع مقدار الدقيق . ويصب في قالب مدهون جيداً بالسمن ويطهى على البخار مدة ساعتين
- ١ - يقلب ويقدم مع صلصة الشيكولاتة (ص ٩١) أو صلصة الكستردة (ص ٨٠) أو صلصة الفانيليا (ص ٧٢) وأفضلها صلصة الكستردة .

بودنج الأميرة

المقادير : مقادير بودنج الكنارى (ص ٦٣٣) باستعمال نصف مقدار السكر فقط وإضافة المقادير الآتية :

٢ ملعقة كبيرة مسطحة لارنج مسكر ، ملعقة كبيرة لوز مفرى ، ٢ ملعقة مسطحة زيت نباتى ، بشر ليمونة .

الطريقة :

- ١ - يعد القالب بدهنه بالسمن اللدافى وتغطيته بخليط من الدقيق والسكر الناعم بنسب متساوية .

٢ - يعمل خليط بودنج الكنارى وتضاف إليها الفاكهة واللوز وبشر الليمون .

٣ - يصب الخليط في القالب ويغطى بالورق المدهون ويطهى بالبخار مدة ٣ ساعات .

٤ - يقلب البودنج ويقدم معه صلصة المربي (ص ٩٢) ملونة باللون الأخضر ، أو نصب حوله أو يغطى بها ، ويجب أن تكون المربي سميكة نوعاً .

بودنج الزبيب

كبودنج الكنارى (ص ٦٣٣) باستعمال نصف مقدار السكر فقط وإضافة ٧٥ جرام من الزبيب الدريل ويقدم معه صلصة كصلصة الكستردة (٨٠) .

بودنج السكرين

كبودنج الكنارى (ص ٦٣٢) ويضاف للخليط فى نهاية عمله من ٧٥ - ١٠٠ جرام كرين مسكر ومقطع .

بودنج البرتقال

المقادير :

٨ ملاعق كبيرة مسطحة خبز أفرنجى بايت ناعم		بيضتان ، وزنهما من كل صنف آت :
بشر وعصير برتقالة أو برتقالتين		سكر ، زبد ، دقيق
١/٢ ملعقة شاي خميرة يسكنج بودر		ملعقتان كبيرتان من لبن

صلصة البرتقال للتقديم (ص ٩٤)

الطريقة :

- ١ - يعمل كبودنج الكنارى (ص ٦٣٢) ويطهى على البخار مدة ١ ١/٢ ساعة .
- ٢ - يقلب فى صحن ويجهل بالسكرين والانجليكا ويقدم صلصة البرتقال (صفحة ٩٤)

بودنج المربي

المقادير :

وزن بيضة واحدة من سكر ناعم		بيضتان ، وزنهما من كل صنف آت
ملعقة كبيرة من مربى الفراولا		زبد ، دقيق

١/٢ ملعقة شاي يسكنج بودنج

الطريقة : يعمل مثل بودنج الكنارى (٦٣٢) ويطهى على البخار مدة ساعتين يقدم مع صلصة المربي (ص ٧٢) .

ماداسا - بودنج الكستردة المختلفة النوع .

الكستردة - عبارة عن خليط من البيض واللبن على السكر ومضاف إليه مادة للنكهة ، وغالبا تكون الفانيليا أو قشر الليمون .
ويشترط عمل بودنج الكستردة أن يكون كل من البيض واللبن المستعمل طازجا جديدا

لأن العامل الأساسى لغلظ قوام هذا النوع من البودنج هو وجود البيض ، لذلك وجب معرفة الوقت المعين الذى يتم فيه نضج البيض لدرجة تذهب من طعمه الذى فقط ، لأن الزيادة على ذلك تؤدي إلى تفكيك أجزائه أو جعل الخليط جافا .

وأبسط أنواع هذا القسم هى الكستردة البسيطة ، وفيما يستعمل البيض بأكمله (المح والبياض) أو يستعمل صفار البيض فقط ، وفى هذه الحالة كل مع بيضة يعادل نصف بيضة ، وهذه نتائج أحسن الأنواع .

وإذا أريد استعمال مواد صلبة للنسكة كقشر الليمون فيقطع رقيقاً ثم يغلى ببطء مع اللبن لفسرب نكهته إلى اللبن ثم يصفى ويستعمل .

أنواع الكستردة :

١ - الكستردة المطهية فى الفرن Baked Custard

٢ - الكستردة المطهية على البخار Steamed Custard

الكستردة المطهية على حمام مائى (المغلية) Boiled Custard

٤ - الكستردة الحشو Confectioners ، وتستعمل لحشو أصناف عدة من الحلوى (ينظر باب الحشو صفحة ٦٠١) .

ويختلف غلظ قوام هذه الأنواع تبعاً لزيادة أو نقص عدد البيض المستعمل بالنسبة لكمية اللبن .

والجدول الآتى يبين مقادير المواد المستعملة لعمل أنواع الكستردة المختلفة :

الكستردة	النوع	البيض	اللبن	السكر	الهيكل المستعمل
١ - الكستردة فى الفرن	النوع الاقتصادى	٢ : ٣ بيضات	$\frac{1}{4}$ كيلو	ملء ملعقة كبيرة	قالب
٢ - على البخار	الرائى	٤ بيضات	$\frac{1}{4}$ كيلو	" " "	"
	البسيط	٤ بيضات	$\frac{1}{4}$ كيلو	$\frac{2}{3}$ ملعقة كبيرة	"
٣ - المغلية	الرائى	٤ مع ٢ بيضات	"	" " "	"
	البسيط	٢ بيضتان	"	ملعقة كبيرة مسطحة	قالب أو
	الرائى	٣ مع ١٠ بيضات	"	" " "	قصر ليمون

ويجب طهى أنواع الكستردة المختلفة على نار هادئة أقل كثير من درجة الغليان .

لأن الحرارة الشديدة تسبب تجمد زلال البيض وكلما ازداد هذا التجميد انكمشت الكستردة وانفصل السائل عن الجزء المتجمد .

الطريقة العامة لعمل الكستردة

١ - يقلب مع البيض مع البياض حتى يمتزجا بشرط ألا يزداد في التقليب منعاً من دخول كمية من الهواء تتمدد بالحرارة في أثناء الطهي فتسبب ارتفاع الكستردة وتكوين ثقبواها .

٢ - يذاب السكر في البيض ثم يضاف اللبن الدافئ والفانيليا ويصفي الخليط بمصفاة لفصل زلال البيض المتجمد وإلا كون أجزاء بيضاء متماسكة في الكستردة .

طهي الكستردة

الكستردة في الفرن

المقايير : ينظر جدول مقادير الكستردة (صفحة ٦٣٦)

الطريقة :

- ١ - يتبع في عملها القاعدة العامة لطهي الكستردة .
- ٢ - يدهن وعاء الطهي بالسمن الدافئ ويصب فيه خليط الكستردة .
- ٣ - يوضع الوعاء في صينية بها ماء بارد يصل لمنتصفه ويترك في فرن هادئ مدة ٤٠ دقيقة .

ملحوظة : يجب أن تكون هذه الكستردة صلبة ملساء غالية من الثقوب .

الكستردة المطبوخة على البخار

المقايير : ينظر جدول مقادير الكستردة (صفحة ٦٣٦) .

الطريقة :

- ١ - تعمل الكستردة بالطريقة العامة (صفحة ٦٣٧) .

٣ - يدهن قالب بالسمن الدافئ. ويصب فيه خليط الكستردة، يغطى القالب بورقة مدهونة.

٣ - يوضع القالب في حلة البخار الخاصة وتطهى لمدة ٣٠ : ٤٠ دقيقة حتى تجمد من الوسط أو يوضع القالب في حلة عادية على طبق صاج أو ما شاكله لئلا يلاصق القالب الحلة، ويصب حوله ماء يصل لثلث الوعاء ثم توضع الحلة على نار هادئة وتغطى، ويجب أن تكون الكستردة جلسة ملساء خالية من الثقوب.

الكستردة المغلية

المقادير : ١ كيلو لبن
سكر للتحلية، فانيليا | ٦ بيضات أو ٤ بيضات، وبيضتان كاملتان أو ٥ بيضات كاملة.

الطريقة :

٢ - يضاف اللبن الدافئ للبيض المزوج قليلا ويقلب الخليط بشوكة.
١ - تصفى وتطهى على حمام مائى (توضع حلة الكستردة داخل حلة أخرى أكبر منها بها ماء) مع التقليب المستمر بملعقة خشب حتى يغلظ قوام الخليط، ويغطى ظهر الملعقة ويؤول طعم البيض النقي. يرفع إناء الكستردة بعيدا عن الحرارة ويصب في سلطانية جافة ويحلى بالسكر وتضاف الفانيليا ويقلب الخليط حتى يذوب السكر.

ملحوظة : يقالب الخليط. آنا فأنا حتى لا تتكون طبقة على السطح وتترك هكذا حتى تبرد

الكستردة بالكريمة

مقادير الكريمة : ٢٠ ملعقة كبيرة سكر سنتر فيش . ملعقتان كبيرتان من ماء.

١ - يضاف السكر للماء ويغلى جيدا حتى يحمر السكر، كريمة، ترفع من فوق النار ويضاف إليها ملعقة كبيرة ماء مغلى.

٢ - تصب الكريمة في القالب وهى ساخنة ويترك القالب بدون تحريك حتى تبرد الكريمة وتجمد ثم يدهن القالب بالسمن.

مقادير الكستردة : ١ كيلو لبن .

مح ٣ بيضتين و ٣ بيضات كاملتان أو ٣ بيضات كاملة، ملعقة سكر ناعم، فانيليا.

الطريقة:

- ١ - يذفأ اللبن ويضاف إلى البيض المربوب قليلا .
 - ٢ - يضاف السكر والفانيليا يقلب الخليط حتى يذوب السكر .
 - ٣ - يصنى بمصفاة سلك فى القاب المعد ويغطى القاب بورقة زبد مدهونة بسمن .
 - ٤ - يوضع فى إناء به ماء يصل لنصف ارتفاع القاب .
 - ٥ - يوضع الإناء على نار هادئة مدة ساعة أو يوضع فى فرن هادئة حتى يجمد وحوالى ١ ½ ساعة مع مراعاة عدم غليان الماء أو الكستردة أثناء المدة المقررة .
 - ٦ - يقاب وهو ساخن فى طبق ويقدم ساخناً أو يوضع فى مكان بارد أو فى الثلاجة حتى يبرد تماماً - ثم يقاب ويقدم باردا .
- سابعاً - البودنج المصنوعة باستعمال الخميرة
مثل البابا ألخ (ينظر باب الخبز صفة ٤٩٤) .

ثامناً - البودنج بالدهن

جميع أصناف هذا القسم من البودنج تعتبر أصنافاً شتوية وتعمل على توليد الحرارة لاحتوائها على الدهن .

بودنج اللحم

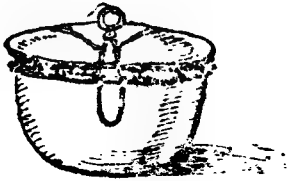
المقادير :

للتبيل	١ ½ كيلو لحم بفتيك نغذه	١ ½ كيلو دقيق ١٢٠ جرام	١ ½ ملعقة شاي ملح
	خوخة ملح ١ ½ ملعقة شاي	٦٠ جرام دهن	١ ½ ملعقة شاي فلفل
	خميرة	ماء للعجن	ملعقة حلو دقيق

الطريقة :

- ١ - يقطع اللحم مكعبات صغيرة وتقبل بخليط الدقيق .
- ٢ - ينخل الدقيق والخميرة والملح . يفرى الدهن ناعماً جداً بالسكين ويضاف الدقيق .
- ٣ - يعجن عجينة يابسة باستعمال الماء ثم يفرد ثلاثة أرباع العجينة مستديراً سمك ١ ½ بوصة ويفرد الربع الآخر بنفس السمك .

- ٤ - تدهن سلطانية « سعة ٢ كوب ، بالسمن دهناً جيداً ثم تكسى من الداخل بالمستدير الكبير ، وتساوى باليد لتأخذ شكل السلطانية .
- ٥ - يملأ فراغ السلطانية باللحم المتبل ، ثم يضاف مقدار من الماء أو المرق يصل لنصف ارتفاع اللحم . تندی أطراف المستدير الثاني ، الصغير وتغطى به السلطانية ويلصق مع حافة العجينة بالضغط .
- ٦ - ترش قطعة نسيج بالدقيق ويغطى بها سطح السلطانية وتربط وحوالها بشرط ألا تكون مشدودة لتسمح للبودنج بالارتفاع ، أو تغطى بورقة مدهونة (ويوجد بالسوق سلطانية خاصة بغطاء محكم :



سلطانية للبودنج بغطاء محكم



سلطانية بودنج بغطاء بورقة



سلطانية مغطاة بقطعة نسيج

٧ - تطهى بطريقة الساق ، بأن توضع فى إناء به ماء مغلى يصلى لمستصف ارتفاع السلطانية ويغطى الأناء ويترك مدة ٢ : ٢ ١ ساعة (ويضاف مقدار من الماء المغلى كلما نقص مقدار الماء) أو تطهى على البخار مدة ٣ : ٣٥ ساعة .

التقديم : يقاب ويقدم ساخناً وقدم معه مقدار من صلصة الطاطم فى القارب الخاص أو تلف السلطانية فى فوطه نظيفة مطوية وتثبت بدبوس ويقدم ساخناً .

بودنج الفاكهة

المقادير :

٧٥ جرام من فاكهة (تفاح أو برقوق | نصف مقدار الفطير بالدهن (صفحة ٥١٣))
(أو مشمش) | ٥ ملاعق كبيرة سكر ، قليل من الماء .

الطريقة : تجهز الفاكهة على حسب نوعها ، يعمل كما فى بودنج اللحم السابق بأن يوضع

نصف الفاكهة وبوسطها السكر ثم النصف الباقى . يتم ويقدم كبودنج اللحم ويقدم معه صلصة حلوه كصلصة الكسترده (صفحة ٨٠) .

فطير الدهن المحشو الملفوف Ro'y Poly

المقادير : نصف مقدار فطيرة الدهن (صفحة ٥١٢) .

الطريقة :

- ١ - تفرد العجينة على لوح مرشوش بالدقيق مستطيلاً سمك ١ بوصة .
- ٢ - يفرش السطح بالحشو مع ترك مسافة ١ بوصة من جميع أضلاع المستطيل .
- ٣ - تندی الأطراف بالماء ثم يلف الفطير على هيئة الأسطوانة كما في السويسرول وتلتصق الأطراف ويضغط للداخل بخفة . تلف الأسطوانة في ورقة مدهونة بالسمن بحيث يكون الوجه المدهون ملاصقاً للأسطوانة .
- ٤ - تبل قطعة نسيج باناء المغلى ثم تعصر وترش بطبقة من الدقيق وتلف بها الأسطوانة جيداً . يربط طرفا النسيج جيداً بحيث يكون الرباط ملاصقاً لطرفي الفطيرة .
- ٥ - يخاط الطرف الثالث للأسطوانة بخفة . ويوضع البودنج على طبق صاج ويوضع الطبق في الماء المغلى .
- ٦ - يغطى الإناء ويترك مدة ١ ١/٢ ساعة . يرفع البودنج من ماء السلق ويترك حتى تهدأ حرارته .
- ٧ - تفك قطعة النسيج باحتراس ويقدم البودنج على صحن مستطيل .

الحشو المستعمل للفطير الملفوف :

- (أ) ٣ ملاعق كبيرة من أى نوع من المربي ، مثل المشمش أو الفراولا أو مرملاذ اللارنج الخ .
- (ب) ١ كيلو تفاح مفري ، ٣ ملاعق كبيرة مسطحة زبيب بناتي ، ١ ملعقة شاى بهار .
- (ج) ١ ملعقة كبيرة سكر ناعم (تخاط المقادير ببعضها وتستعمل للحشو) .
- (د) ٤ ملاعق كبيرة لحم مفري . ملعقتان من صلصة باني (صفحة ٧٥) ملح - فلفل .

الطريقة : تخاط المقادير ببعضها ويستعمل للحشو .

فطير الدهن الملفوف في الفرن

١ - يجهز فطير الدهن السابق ويحشى بأى نوع من المربي أو بحشوة التفاح السابقة

المذكورة بهالیه . يدهن الوجه باللبن ويزج في فرن متوسط الحرارة مدة ١ ساعة

٢ - يقدم ومعه أى نوع من صلصة المربي (صفحة ٩٢) .

بودنج التين (رقم ١)

المقادير :

فنجان شای لبن	١/٤ كيلو دقيق
فنجان شای عسل أفرنجی	١/٨ كيلو دهن مفرى ناعماً بالسكين
١/٤ كيلو تين جاف مفرى	ملعقة شای بيسكر بونات الصوديوم

الطريقة :

١ - يدفأ العسل حتى يتفكك ويضاف إليه اللبن .

٢ - تخلط المقادير الجافة بعضها ببعض خلطاً جيداً وتعجن باللبن وتقلب حتى تنعم تماماً

٣ - يصب الخليط في قالب مدهون جيداً بالسمن ويغطى بورقة مدهونة ويطهى على

البخار مدة ساعتين . ويقلب ويقدم معه صلصة حلوة كصلصة الكستردة (ص ٨٠)

بودنج التين (رقم ٢)

المقادير :

١/٨ كيلو (١٢٥ جرام) تين جاف مفرى	١/٨ كيلو دقيق ١/٤ فنجان شای عسل أبيض
بيضة ، لبن للعجن	١/٨ كيلو فئات خبز أفرنجی بايت (١٢٥ جرام)
١/٤ ملعقة شای بيسكر بونات الصوديوم	٧٥ جرام من دهن مفرى ناعماً بالسكين

الطريقة :

١ - يفرك الدهن مع الدقيق بخفة مع رفع الأيدي لأعلى ثم تضاف إليه باقى المقادير

الجافة (خيرة تين ، فئات خبز) .

٢ - تعمل حفرة في الوسط وتصب بها البيضة المخفوقة جيداً والعسل وقليل من اللبن .

٣ - يعجن الخليط جيداً ويضاف إليه مقدار من اللبن كلما احتاج الأمر حتى تتكون .

عجينة لبنه كمجينة بودنج الككنارى (ص ٦٣٣) .

٤ — تصب العجينة في قالب مدهونة بحيث تصل لنصف ارتفاعه ويغطى القالب بورقة مدهونة ويطهى على البخار مدة ٢ ساعة ، أو يغطى الوجه بورقه مدهونة ثم بقطعة نسيج مرشوشة بالدقيق كما في بودنج اللحم (ص ٦٢٩) وحيثذ يطهى البودنج بطريقة السلق مدة ساعة ونصف .

بودنج البلح

المقادير : (رقم ١)

(رقم ٢)

١ كيلو دقيق ١٥٥ ج	ملعقتان كبيرتان من	١٥٠ جرام من	ملعقتان كبيرتان من
١٢٥ جرام فئات خبز	عسل ، بيضة ، لبن	دقيق ٧٥ جرام	عسل ، لبن للعجن
١٢٥ جرام دهن	للعجن ١/٢ ملعقة شاي	من فئات خبز	١/٢ ملعقة شاي
مفرى ناعماً	يسكربونات	١٠٠ جرام دهن	يسكربونات
١/٢ كيلو بلح مفرى	الصوديوم	١٥٠ جرام بلح مفرى	الصوديوم

الطريقة : تخلط المقادير الجافة بعضها ببعض ويعجن بالسوائل : كبودنج التين السابق .

بودنج الزبيب

المقادير :

١٥٠ جرام من دقيق	١٠٠ جرام من دهن مفرى	١/٨ كيلو زبيب بناتى ، لبن للعجن
٧٥ جرام من فئات خبز	٧٥ جرام سكر ناعم ، بيضة	ملعقة شاي بيكنج بودر

الطريقة : يعمل كبودنج التين (صفحة ٦٤٢) ويقدم ومعه صلصة مربى الرملاذ (صفحة ٩٣) أو صلصة الكستردة (صفحة ٨٠) .

بودنج التفاح

المقادير :

١/٨ كيلو دقيق ، ١/٨ كيلو فئات خبز أفرنجى بايت	٣ بيضات ١/٢ كيلو تفاح مفرى
١/٨ كيلو دهن مفرى	١/٢ ملعقة شاي يسكربونات الصوديوم
ملعقتان كبيرتان سكر ناعم	لبن أو عصير ليمون للعجن إذا احتاج الأمر

الطريقة :

- ١ - تخلط جميع المقادير الجافة ببعضها .
- ٢ - يمعن بالبيض المخفوق وعصير الليمون واللبن إذا احتاج الأمر .
- ٢ - تدهن قوالب صغيرة ، دار يول ، بالسمن ويوزع بها الخليط بحيث لا يزيد عن ثلثها .
- ٤ - تغطى القوالب بورق مدهون وتطهى على البخار مدة ١/٢ ساعة .
- ٥ - تقلب وتقدم ومعها صلصة المربي (صفحة ٩٢) .

بودنج بالمربي

المقادير :

رقم (١)

١٢٥ جرام فئات خبز ، ١٢٥ جرام دقيق	ملعقة شاي خميرة بيكنج بودر
١٢٥ جرام دهن مفري ناعماً ، ١٥٠ جرام مربى اللارنج	بيضتان ، ملعقة كبيرة سكر

رقم (٢)

١/٨ كيلو فئات خبز ، ١ كيلو مربى اللارنج	١٢٥ جرام دهن مفري ناعماً
٣ ملعقة كبيرة سكر	٣ بيضات

الطريقة :

- ١ - تخلط جميع المقادير بعضها ببعض ثم تضاف المربي للبيض المخفوق .
- ٢ - تدجن عجينة لينة ويضاف قليل من اللبن إذا احتاج الأمر .
- ٣ - يصب الخليط فى قالب مدهون بحيث لا يزيد ارتفاعه عن ثلثي القالب .
- ٤ - يغطى القالب بورقة مدهونة ويطهى على البخار مدة ٣ ساعات .
- ٥ - تقلب ، تقدم ساخناً ومعها صلصة المربى (صفحة ٩٢) .

بودنج عيد الميلاد (الكرستمس X mas pudding)

المقادير :

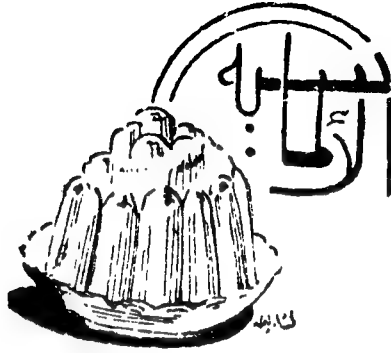
١٢٥ جرام فئات خبز أفرنجي بايت	$\frac{1}{8}$ كيلو زبيب أفرنجي	$\frac{1}{4}$ ملعقة شاي ملح
١٢٥ جرام دقيق	$\frac{1}{4}$ كيلو دهن مفري ناعما	$\frac{1}{4}$ كيلو لبن
٦٠ جرام ٥٠ أوقية سكر أسمر	$\frac{1}{8}$ كيلو فواكه مسكرة مفرية	بيضتان
$\frac{1}{4}$ كيلو زبيب دربلي	$\frac{1}{4}$ ملعقة شاي مسحوق	بشر وعصير ليمونة
$\frac{1}{8}$ كيلو زبيب بناني	جوزة الطيب	ملاعق كبير لوز مفري

الطريقة :

١ — تخلط المقادير الجافة بعضها ببعض جيداً . تعجن بالبيض المخفوق قليلا واللبن عجينة لينة نوعا .

٢ — توضع في سلطانية مدهونة بالسمن دهناً جيداً . ويغطى الوجه بورقة مدهونة بالسمن وتطهى على البخار مدة ٧ ساعات .

٣ — يقدم ومعه صلصات مختلفة وأغلبها يحتوى على الخمر . ويستحسن استعمال صلصة الكستردة (صفحة ٨٠) .



الأماسية (الأماسية) من المأكولات اللذيذة الطعم المستحبة لدينا في فصل الصيف لها من مزايا مرطبة للجسم ولأنها تؤكل مثلجة .

والأماسية عبارة عن محلول جيلاتيني (جيلاتين مذاب في الماء) مضاف إليه عصير الفاكهة أو الماء النخ ، ويحتاج هذا النوع من الحلوى إلى مهارة في العمل وذوق سليم في التنسيق . وتنقسم الأماسية من حيث النوع إلى قسمين هما :

- (أ) النوع الحلو : مثل أماسية البرتقال ، الفراولا ، النخ
- (ب) النوع غير الحلو : مثل أماسية الدجاج . ويطلق على هذا النوع من الأماسية كلمة « الجلادينا » ، تميزاً لنوعها غير الحلو .

وكلا النوعين يصنع بطريقتين :

- (أ) الطريقة الشافة : مثل أماسية الليمون ، وأماسية الجبىرى .
- (ب) الطريقة غير الشافة : مثل أماسية اللبن ، أماسية الفاكهة المصفاة .

القيمة الغذائية للأماسية

للأماسية قيمة غذائية كبيرة ترجع إلى :

- ١ - وجود مادة الجيلاتين التي تملأ غدد الإفراز المعوية فتزاد بذلك عصاراتها الهاضمة وتعمل على تسهيل عملية الهضم . ولهذا السبب اعتبرت الأماسية من الأطعمة الصالحة لتغذية المرضى والناقلين .

- ٢ - بروتين الجيلاتين تعوزه بعض الأحماض الأمينية الهامة اللازمة لتكوين أنسجة الجسم ولكن قيمته الغذائية تتوقف على إمداد الجسم بالحرارة ، فهو يعادل البروتينات والكربوهيدرات .

٣ - كذا ترجع القيمة الغذائية للألماسية إلى المواد المضافة المحول الجيلاتيني كالكسكرو وعصير الفاكهة والبيض واللبن الخ .

استخراج الجيلاتين :

١ - يستخرج الجيلاتين من العظام ، وخصوصا العظام الغضروفية لارتفاع كمية الجيلاتين بها إذ قد يصل ٥٠٪ وهذه أسهل الطرق وأكثرها استعمالا .
ويستخرج أيضاً من مثانة عموم الأسماك ويسمى Isinglass ، وهو أنقى نوع ، خاو من الرائحة والطعم ، أقوى الأنواع ، ولذا يستعمل بكثرة في غذاء المرضى ، إلا أنه غالى الثمن .

٢ - ويوجد نوع آخر يستخرج من إغلاء الأكارع في الماء وهو نقي جدا ، وله نكهة حسنة ويستعمل بكثرة في غذاء المرضى .

٣ - آجار آجار . نوع من الجيلاتين يستخرج من أعشاب البحر . وخاصة تجمده أقوى من أنواع الجيلاتين الأخرى - وهذا النوع يستعمل في غذاء النباتيين .

٤ - ويستخرج من حوافر الحيوانات وهذا النوع أرخصها ويسمى بالغراء .

وللجيلاتين ثلاثة أنواع شائعة :

١ - شرائح الجيلاتين وهي سميكة ولذا تحتاج للنقع مدة من ٢ - ٣ ساعات قبل الاستعمال .

٢ - أوراق الجيلاتين الفرنسية (تنقال) وهي نوع من جيد رفيعة سهلة الكسر سريعة الذوبان ، ولها نكهة خفيفة مقبولة .

٣ - مسحوق الجيلاتين : وهو سريع الذوبان جدا في الماء الساخن .

النقط الواجب مراعاتها عند إذابة الجيلاتين :

١ - يذاب الجيلاتين ببطء على نار هادئة ، لأن ارتفاع الحرارة مع استعمال كمية قليلة من الماء يجعله لزجا غير صالح للاستعمال .

٢ - إذا أذيب الجيلاتين في اللبن وجب عدم إغلائه خوفا من تجميد بعض أجزاء اللبن بسبب وجود المادة الحمضية الخفيفة التي أضيفت للجيلاتين في أثناء عملية التنقية

مخطط كمية الجيلاتين المستعملة بالنسبة للسائل :

- ١ - الانتقال من ٤٠ - ٦٠ جرام لكل لتر ماء تبعاً لحرارة الطقس .
 - ٢ - مسحوق الجيلاتين من ٤٠ - ٦٠ جرام لكل لتر سائل تبعاً لحرارة الطقس .
 - ٣ - الشرائح حوالى ٤٠ جرام لكل لتر سائل .
 - ٤ - Isiuglass ٢٠ جرام لكل لتر سائل .
 - ٥ - آجار آجار أقل من ٤٠ جرام لكل لتر سائل .
- وإذا زادت كمية الجيلاتين المستعملة عن المقادير السابقة صعب تنقيتها واغلاظ قوامها بدرجة غير مقبولة .

الاملاسية الشافة Clear Jelly

وهى النوع الراقى من الاملاسية ، شاة ، نفية بدرجة ظاهرة ، ويستعمل فى تنقيتها مياض البيض وقشره .

المواد ونسبتها المستعملة لأنواع الاملاسية الشافة

المواد	ألماسية	ألماسية البرتقال	الاملاسية الغير الحلوة Aapic Jelly
الانتقال السائل (لتر)	٤٠ - ٦٠ جرام ١/٢ كوب عصير ليمون ١/٢ كوب ماء	من ٤٠ - ٦٠ جرام مل ٢ كوب عصير برتقال مل ٢ كوب ماء	٦٠ جرام ١/٢ كوب مرق أو ماء ١/٢ كوب حامض وعصير الليمون
السكر	١/٢ : ١/٢ كيلو	١/٢ كيلو	يستبدل بمقدار نصف ملعقة صغيرة ملح ، ١٠ حبات فلفل أسود
النسكة	قشر ليمونتين مقطع رقيقاً ، قرنفلتان ، ١/٢ سم من القرفة	قشر برتقالين مقطع رقيقاً	قشر ليمونتين مقطع رقيقاً ، بصله ، قطعة كرفس ، قطعة جزر ، ٣ قرنفلات
للتنقية	بياض وقشر ٣ بيضات	بياض وقشر ٢ بيضات	بياض وقشر ٣ بيضات

طريقة عملها

(أولاً)

١ - يجب أن يكون جميع الأواني والأدوات المستعملة غاية في النظافة وهي الإناء والمضرب والقطعة المستعملة للتصفية .

٢ - توضع جميع المقادير دفعة واحدة (ماعدا البيض) فوق النار الهادئة في حلة نظيفة كبيرة نوعاً يحرك الخليط حتى يذوب الجيلاتين والسكر في حالة استعماله

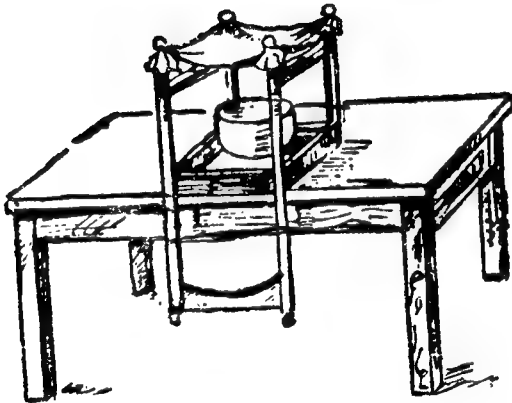
(ثانياً) تنقية الألبانية :

١ - يضاف قشر البيض بعض غسله وتكسيرة ليساعد على تكوين طبقة الترشيح .

٢ - يضاف بياض البيض ويضرب الخليط بمضرب البيض بقوة فوق نار هادئة ، ويستمر في ذلك حين يبدأ الخليط في الغليان وحينئذ يرفع المضرب والسبب في ضرب الخليط هو تمزيق خلايا البيض وانتشارها في السائل ثم تجمدها بالحرارة ولخففتها تطفو على سطح السائل حاملة جميع المواد الغير النقية ، مكونة قرصاً من الريم يعمل كمرشح للألبانية عند تصفيتها زيادة في تنقيتها .

٣ - تقوى النار حينئذ ليغلي الخليط ويتم تجمد الطبقة البيضاء الرغوية التي نتجت من الضرب وتعلو على سطح الإناء ويلاحظ عدم تحريكها حتى لا تتفكك أجزاء الطبقة المتجمدة . يغطى الإناء ويترك بدون تحريك مدة ٥ دقائق ، أما النوع الغير الحلو فيترك مدة ١ ساعة .

(ثالثاً) تصفية الألبانية :



طريقة تصفية الألبانية

١ - يجهز الحامل الخاص للتصفية

أو يستعاض عنه بكرسي

منكس على آخر أو منكس

على منصدة ثم يأتي بالسكيس

المعد لذلك أو القوطه

فتربط أطرافها الأربعة في

أرجل الكرسي ويوضع

تحتها الإناء النظيف المعد لتلقى السائل المرشح .

- ٢ — يصب قليل من الماء لتسخين الفوطة والإفناء ثم باقى الماء .
- ٣ — تصب الطبقة المتجمدة قبل بقية السائل حتى يمر السائل خلالها لكي يكون شافيا (ويلاحظ عدم تقليبها) ، وإذا كانت التصفية الأولى غير نقية صب السائل ثانيا خلال الطبقة المتجمدة حتى يصفو تماما .

(رابعا) كيفية وضع الرطاسية فى القالب

- ١ — يبرد سائل الألماسية ، لأنه إذا استعمل ساخنا أدى إلى تعكيرها .
- ٢ — يؤتى بقالب منقوش ويبلل بالماء البارد وتملأ بسائل الألماسية ببطء لمنع تكون فقاعات هوائية . يترك ليجمد فى مكان بارد أو ثلاجة أو فى إفناء وحوله الثلج .

(خامسا) كيفية قلب الرطاسية :

- ١ — فى حالة تجمد القالب باستعمال الثلج ، يجب رفعه منه وتركه قليلا قبل قلبه .
- ٢ — يغمر القالب فى ماء ساخن نوعا برهة قصيرة حتى يسهل نزعه .
- ٣ — تمسح السطح المبلل بفوطة نظيفة .
- ٤ — يغطى القالب بالطبق المعد للتقديم ، و يقرب عليه ثم يهز بقوة لأعلى ثم لأسفل مرة أو إثنين . يرفع القالب الفارغ بخفة .

ملحوظة : يتوقف نجاح الألماسية على دقة الوزن والكيل والعناية فى أثناء التصفية والتصفية .

الماسية الليمون الشافى بالفاكهة « موز وعنب » ،

المقادير : مقدار من الألماسية الشافى (صفحة ٦٤٨)

إصبعان من الموز | من ١٠ : ١٥ حبة من العنب الأسود الكبير

الطريقة :

- ١ — يغسل العنب ويخفف وتقطع الوحدة نصفين وتنزع البذور باحتراس .
- ٢ — يقطع الموز حلقات رفيعة « قبل استعماله مباشرة » ،
- ٣ — يبلل قالب منقوش بالماء ويصب فيه قليل من الألماسية الشافى لارتفاع ٢ سم يترك القالب على الثلج حتى تجمد طبقة الماسية

٤ - يبلل العنب بقليل من الالماسية السائلة الباردة ويرص بحيث يكون الجزء غير المقطوع لأسفل ويترك العنب حتى يجث .

٥ - يصب مقدار من الالماسية السائلة الباردة على طبقة العنب لارتفاع ٢ سم ، وتترك هذه الطبقة حتى تجمد .

٦ - يرص اللوز على شكل دائرة حول القالب وتبل كل حلقة بالالماسية ، ثم تثبت بشرط أن تغطى كل حلقة نصف سابقها . تترك حتى تجمد .

٧ - تكرر العملية حتى يمتلىء القالب بشرط أن تكون الطبقة الأخيرة من الالماسية .

٨ - تترك لتجمد ثم تقلب (ينظر صفحة ٦٥٠) وتقدم .

ألماسية الليمون الشافة بالكريز والموز

المقادير : كما فى الماسية الموز والعنب الشافة السابقة باستعمال الكريز بدلا من العنب .

الطريقة : تعمل كالألماسية الشافة بالموز والعنب .

ألماسية البرتقال الشافة بالموز والعنب الأسود

المقادير والطريقة : كالألماسية الليمون الشافة بالموز والعنب باستعمال ألماسية برتقال شافة

(صفحة ٦٥١) بدلا من ألماسية ليمون .

ألماسية البرتقال الشافة بالكريز والموز

الطريقة والمقادير : كالألماسية الليمون الشافة بالكريز باستعمال ألماسية برتقال شافة بدلا

من ألماسية الليمون .

ألماسية الليمون بالفاكهة المنوعة

المقادير :

أصبع موز أو ٦ قطع من الأناناس	مقدار ألماسية ليمون شافة (صفحة ٦٤٨)
عدد ١٠ وحدات من الفراولا الجالسة	
عدد ٨: ١٠ من الكريز أو العنب الأسود	
الطريقة .	

١ - ينزع نوى الكريز أو بذور العنب وتغسل الفراولا وتقطف .

- ٣- يقطع الموز حلقات والآناس شرائح غليظة نوعاً .
 - ٣ - تخط الفاكهة بعضها ببعض مع الألبانوية وتقلب في قالب مبلل .
 - ٤ - تترك حتى يجمد ثم تقدم في صحن بلورى وتقدم .
- ألبانوية البرتقال الشافة بالفاكهة الملوقة
- كألبانوية الليمون الشافة بالفاكهة الملوقة باستعمال ألبانوية برتقال شافة (صفحہ ٦٥١)
بدلاً من ألبانوية ليمون .

الألبانوية الشافة غير الحلوة « الجلاتينا » Aspici Jeli

ألبانوية الدجاج ، الدجاج بالجلاتينا ،

المقادير :

جزر تان من الأفرنجى مسلوقة تان ومقطعتان	١ ١/٢ كيلو بازلاء مسلوقة
مقدار من الجلاتينا ، الألبانوية الشافة غير	دجاجة متوسطة مسلوقة ومقطعة قطعاً
الحلوة ، (صفحہ ٦٤٨)	منتظمة متوسطة .

١/٨ كيلو خيار أفرنجى رفيع غلال

الطريقة :

- ١ - يؤتى بقالب مستطيل غير منقوش ويبلل بالمالا . البارد ويصب به طبقه من الجلاتينا وتترك حتى يجمد .
- ٢ - يثبت فوقها طبقه منتظمة منسقة من البازلاء والخيار والجزر (يتبع في تثبيتها نفس الطريقة التى اتبعت في تثبيت الفاكهة في قالب الألبانوية بالفاكهة (صفحہ ٦٥٠) ويلبها طبقه من الجلاتينا .
- ٣ - تبل قطع الدجاج بالجلاتينا ثم الخضروات وهكذا حتى يمتلىء القلب على أن تكون الطبقة الأخيرة من الجلاتينا .
- ٤ - يترك القالب حتى يجمد ثم يقلب في صحن مستطيل مفروش بنخس السلالة .

لحم بالجلاتينا

كالدجاج السابق بالجلاتينا باستعمال مقدار من لحم البتلو الناضج المقطع مكعبات ملحوظة: يستعمل مرق سلق اللحم في عمل الألاماسية غير الحلوة .

قالب الجمبرى بالجلاتينا

المقادير :

مقدار من الجلاتينا و الألاماسية الشافة غير الحلوة ، (صفحة ٦٤٨) بيضتان مسلوقتان ومقطعتان حلقات	$\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{8}$ كيلو جمبرى مسلق ومقشور عدد ٢ من خيار نخلل مقطع حلقات خس سلاطة
---	---

الطريقة :

- ١ - يؤتى بقالب مستطيل غير منقوش ويبلل بالماء .
- ٢ - تتبع الطريقة التى انبعت فى عمل قالب الطيور (صفحة ٦٢٥) مع ملاحظة حسن التنسيق والترتيب بأشكال هندسية . يقلب القالب فى صحن مستطيل مفروش بخس السلاطة .

طبق الطيور بالألاماسية و الجلاتينا ،

المقادير :

طيور مسلوقة	مقدار من الألاماسية الشافة غير الحلوة (صفحة ٦٤٨)
١ - زوج حمام أو	$\frac{1}{8}$ كيلو جزر وخيار نخلل
٢ - دجاجة متوسطة أو	$\frac{1}{4}$ كيلو بازلاء مسلوقة
٣ - زوجان من سمان أو	بيضة مسلوقة
٤ - بقايا ديك رومى أو بط أو أوز	

الطريقة :

- ١ - يحتفظ بالبيض وبقليل من الجزر والخيار والبازلاء للتجميل .
- ٢ - تخلط جميع المقادير وتمزج بنصف مقدار الألاماسية وتوضع فى الصحن وترك

- حتى تجمد . يصب على السطح طبقة من الألاماسية حتى يتساوى تماماً .
- ٣ — تجمد طبقة الألاماسية بالبيض والبازلاء والمخللات بذوق سليم وذلك يبلها بالألاماسية السائلة الباردة ثم تثبتها وتترك حتى تجمد .
- ٤ — يصب فوقها باقى الألاماسية وتترك حتى تجمد الطبقة . ثم يقدم الطبق .

فطيرات الحمام بالجلاتينا

المقادير :

عدد ٦ من الفطيرات البسيطة الناضجة	عدد ٦ من الخيار الأفرنجى المخلل
(صفحة ٥٢٣)	١ مقدار من الجلاتينا ، الألاماسية الشافة
زوج حمام مسلوق	غير الحلوة صفحة ٦٤٨
قليل من المقدونس	خس سلاطة مفرى رفيعا

الطريقة :

- ١ — يقطع لحم الحمام مكعبات ويخلط بالخيار المقطع ونصف مقدار الجلاتينا .
- ٢ — يوضع اللحم فى الفطيرات بشكل هرمى ويترك حتى يجمد .
- ٣ — يغطى سطح اللحم بطبقة من الجلاتينا الشافة وتترك حتى تجمد .
- ٤ — يوضع بوسط كل فطيرة عرق رفيع من المقدونس .
- ٥ — ترس الفطيرات فى صحن وبوسطها الخس المفرى .

دجاج مثلج بالمايونيز

المقادير : صدر دجاجتين مسلوقه باردتين ، ١ ٢ كوب من الجلاتينا (ص ٦٤٨) ١ ٢ كوب

من صلصة المايونيز (صفحة ٨٥) .

للتجميل : ملعقتان كبيرتان من بازلاء مسلوقه ، جزرة مقطعة على حسب الرغبة ١ ٢ كوب
ألاماسية غير حلوة مفرية غليظا - مقدار من الكاهخ الروسى (صفحة ٣٧٥)

الطريقة :

- ١ — يزال جلد وعظم الصدر ويقطع اللحم بنظام قطعا مناسبة متساوية بقدر الإمكان
- ٢ — تذاب الألاماسية غير الحلوة وتترك حتى تبرد بشرط ألا تجمد ثم تضاف للمايونيز

ويقلب الخياط جيداً . ترص قطع صدر الدجاج على قاعدة سلك أو منخل ويوضع أسفلها طبق .

٣ - تصب الصلصة على قطع الدجاج (بملعقة شورية كبيرة) لتغطيتها وتترك حتى تقرب من التجمد .

٤ - يجمل سطح القطع بالجزر المقطع رفيعاً والبازلاء تجميلاً بسيطاً وتترك حتى تجمد تماماً .

٥ - يصب على السطح المجل قليل من الألبان غير الحلوة وتترك القطع حتى تجمد طبقة الألبان .

٦ - ترص القطع على سلطنة روسية في صحن بلور وحولها الألبان المفروية غليظاً .

لحم مشايح بصلصة الطماطم

المقادير : ١ كيلو كستليتة ضأن ، كوب صلصة الطماطم بالجيلي (صفحة ٩٠) قليل من الماء ، ملح ، فلفل أبيض .

التجهيز : ملعقتان كبيرتان من بازلاء مسوقة ، جزرة أفريقية مسلوقة مقطعة على حسب الرغبة ، شرائح رقيقة من خيار مخلل ١/٢ كوب من الألبان غير الحلوة (ص ٦٤٨) كامخ صيفي (ص ٢٧٧) .

طريقة :

١ - يغسل اللحم ويتبل بالملح .

٢ - توضع في اناء على نار هادئة حتى تشرب عصارتها ثم يضاف إليها الماء تدريجاً بكميات قليلة حتى تنضج . ترفع القطع وينزع الدهن الزائد .

٣ - ترص على مسطح وتغطى بطبقة نسيج ثم يوضع عليها ثفل وتترك حتى تبرد وتأخذ شكلاً منتظماً .

٤ - ترص قطع اللحم على قاعدة سلك أو منخل ويوضع أسفلها طبق .

٥ - تصب صلصة الطماطم بالجيلي ببطء على قطع الكستليتة (بملعقة كبيرة) لتغطيتها وتترك حتى تقرب من التجمد .

٦ - يجمل سطح القطع بالجزر المقطع أشكال زخرفية رفيعة والبازلاء وشرائح الخيار

- تجميلاً بسيطاً وبذوق سليم وذلك ببلها بالأماسية الباردة ثم تنقيتها .
- ٧ — اترك حتى تجمد ثم يصب على السطح المجمل قليل من الأماسية غير الحلوة و اترك القطع حتى تجمد طبقة الأماسية .
- ٨ — يرتب الكامخ الصيفي في طبق مستطيل ، مع ملاحظة تناسب ألوان مكوناته .
- ٩ — ترص القطع على السلاطة وتقدم .
- بيض بالجلاتينا (رقم ١)

المقادير :

مقدار من الجلاتينا (صفحة ٦٤٨)		ماعتان كبيرتان من بازلاء مسلوقة
عدد ٧:٦ بيضات مسلوقة جامداً		جزرتان مسلوقتان

للتقديم سلطة خمس متبلة بقليل من الصلصة الفرنسية (صفحة ٨٨) .

الطريقة :

- ١ — يبل بالماء عدد ٨:٦ من القالب الصغيرة غير المنقوشة ثم يغطى القاع والجوانب بطبقة رقيقة من الجلاتينا ويترك حتى تجمد على الثلج .
- ٢ — يقطع الجزر أشكالاً زخرفية على حسب الذوق ، قبل قطع الجزر والبازلاء بقليل من الجلاتينا السائلة الباردة وتثبت على القاع فوق الطبقة المتجمدة لتكوين شكل زخرفي ثم يترك حتى يجمد . يصب مقدار قليل من الجلاتينا فوق الشكل الزخرفي ويترك حتى يجمد .

- ٣ — يقطع البيض المسلوق حلقات أو أرباعاً بالطول وترص فوق طبقة الجلاتينا ويملأ القالب بالجلاتينا ويترك حتى يجمد . قلب القوالب على فرشاة الخس المتبل
- بيض بالجلاتينا (رقم ٢)

المقادير : عدد ٦ بيضات مسلوقة جامداً ، مقدار من الجلاتينا (صفحة ٦٤٨) .

خيار رفيع مخلل ، قليل الخس .

- الطريقة : ١ — يبل عدد ٦ من قوالب الدايول بالماء ثم يوضع مقدار من الأماسية لارتفاع $\frac{1}{4}$ سم ويترك حتى تجمد .

- ٢ - يقطع الخيار المخلل قطعاً تبعاً للذوق ويتبل بالأماسية السائلة الباردة ويثبت في القوالب فوق طبقة الأماسية بشكل زخرفي بسيط ويترك حتى يجمد .
- ٣ - تصب فوق الخيار طبقة من الجيلاتينا سمك ١ سم وتترك حتى تجمد .
- ٤ - يقطع جزء رفيع من الجهة العريضة للبيضة حتى ترتكز بسهولة .
- ٥ - تبل هذه الجهة بالجلاتينا الباردة السائلة وتركز كل بيضة في قالب وتترك حتى تثبت . يملأ الفراغ حول البيضة بالجلاتينا السائلة الباردة وتترك القوالب حتى تجمد .
- ٦ - تقلب في صحن ويرش حولها الخس المقطع رفيعاً مثل الشعر .

الأماسية اللبن البسيط

- وهي النوع البسيط من الأماسية غير الشافة سهلة الصنع .
وتعمل من سوائل مختلفة كالماء . عصير الفاكهة . اللبن . البيض . المرق . الخ .
وتختلف نسبة الجيلاتين المستعملة تبعاً لاختلاف سمك السائل المستعمل .
وتتراوح بين ١ - ٣٠ جرام لكل مل ٢ كوب سائل .

طريقة عملها :

- ١ - يذاب الجيلاتين في قليل من السائل أو الماء .
- ٢ - تضاف بقية المقادير وتقلب على نار هادئة ، تصفى إذا كانت بحالة سائلة .
- ٣ - تترك حتى تبرد ، تصب في قالب مبلل بالماء وتترك حتى تجمد .
- ٤ - تقلب في صحن معد وترزكش .

الأماسية اللبن البسيط

٢-٣ ملاعق كبيرة ماء	١/٢ كيلو لبن	المقادير:
سكر للتحلية . فانيليا	٢٠ جرام جيلاتين	

الطريقة:

- ١ - يقطع الجيلاتين وينقع في مقدار من الماء مدة ٥ - ١٠ دقائق ، ثم يذاب على نار هادئة مع التقليب .

٢ - يضاف الجيلاتين المذاب للبن المغلى ويقلب جيداً ، ثم يحلى بالسكر وتضاف إليه الفانيلا ويترك حتى يبرد بشرط ألا يجمد .

٣ - يصفى الخليط فى قالب مبدل جيداً بالماء ويترك فى مكان بارد أو على الشالج حتى يجمد .

٤ - يقلب كما فى المماسية الشافة (صفحة ٦٥٠) وتحملى بالفسق المفرى والكرين أو على حسب الرغبة .

ملحوظة : يمكن تلوين الخليط السائل بقليل من اللون الأحمر أو الأخضر إذا أريد .

المماسية اللبن بروح القهوة

كالمماسية اللبن السابقة بإضافة ملعقة حلون من روح قهوة أو ملعقة كبيرة من القهوة المركزة المصفاة بشرط ألا يزيد مقدار الخليط (لبن وقهوة) عن ٢ كوب .

المماسية اللبن بالشيكولاتة

كالمماسية اللبن بإذابة ٢٠ - ٣٠ جرام شيكولاتة فى اللبن على نار هادئة قبل إضافة بقية المقادير .

المماسية اللبن بالكاكو

كالمماسية اللبن بإذابة ١٠ - ٢٠ جرام كاكو فى اللبن على نار هادئة قبل إضافة بقية المقادير .

المماسية اللبن باللوز

المقادير :

٦ ملاعق كبيرة مسطحة لوز	ملعقتان كبيرتان من سكر تاعم
١٠ جرام جيلاتين	١ كيلو كريمه « للتجميل »
٦ ملاعق كبيرة مسطحة لوز	١ كيلو كريمه « للتجميل »

الطريقة :

١ - يذاب الجيلاتين فى قليل من الماء على نار هادئة ثم يضاف اللبن .

٢ - يضاف السكر واللوز المطحون ويبيض البيض المخفوق جيداً .

- ٣ - يقلب الخليط بخفة ثم يصب في قالب مبلل ويترك حتى يجمد .
٤ - تقلب وتجمل بالكريمة والكريز .

الماسية القهوة بعين الجمل

المقادير :

١/ فنجان شاي صغير من عين جمل مفري	١/ كيلو لبن
١/ فنجان شاي زنجبيل مسكر مفري	حوالي ٢٠ جرام تتقال (جيلاتين)
٣ بيضات	ملعقة حلوة قهوة
٣ ملاعق كبيرة من سكر ناعم	١/ ملعقة شاي فانيليا

الطريقة :

- ١ - يذاب التتقال في قليل من الماء على نار هادئة . يغلى اللبن ويحلى بالسكر .
- ٢ - يخفق مع البيض ويضاف اللبن ، ثم تضاف روح القهوة ويقلب الجميع جيداً .
- ٣ - يضاف التتقال الذائب والفانيليا للخليط السابق وتمزج جيداً ثم تترك لتبرد قليلاً .
- ٤ - يخفق بياض البيض جيداً ويضاف للخليط السابق ثم عين الجمل والزنجبيل ويقلب الجميع . يصب الخليط في قالب مبلل ويترك حتى يجمد ثم يقلب كما في الماسية (صفحة ٦٥٩) .

الماسية بالكستردة

المقادير :

١٠ جرام جيلاتين ، سكر للتحلية ، فانيليا	١/ كيلو لبن ، ٣ بيضات
---	-----------------------

الطريقة :

- ١ - تعمل كستردة مغلية بمقدار اللبن ومع البيض والسكر والفانيليا (ينظر صفحة ٦٣٨) يذاب الجيلاتين في قليل من الماء ويضاف للكستردة ويقلب معها جيداً .
- ٢ - يخفق بياض البيض حتى يجمد ويقلب بخفة مع الخليط ويترك حتى يبرد .
- ٣ - تصب في قالب مبلل وتترك حتى تجمد - تقلب وتجمل وتقدم (ص ٦٥٠) .

- ٣ - يقلب الخليط بخفة ثم يصب في قالب مبلل ويترك حتى يجمد .
٤ - تقلب وتجمد بالكريمة والكريز .

الماسية القهوة بعين الجمل

المقادير :

١/ فنجان شاي صغير من عين جمل مفري	١/ كيلو لبن
١/ فنجان شاي زنجبيل مسكر مفري	حوالي ٢٠ جرام تتقال (جيلاتين)
٣ بيضات	ملعقة حلوة قهوة
٣ ملاعق كبيرة من سكر ناعم	١/ ملعقة شاي فانيليا

الطريقة :

- ١ - يذاب التتقال في قليل من الماء على نار هادئة . يغلى اللبن ويحلى بالسكر .
- ٢ - يخفق مع البيض ويضاف اللبن ، ثم تضاف روح القهوة ويقلب الجميع جيداً .
- ٣ - يضاف التتقال الذائب والفانيليا للخليط السابق وتمزج جيداً ثم تترك لتبرد قليلاً .
- ٤ - يخفق بياض البيض جيداً ويضاف للخليط السابق ثم عين الجمل والزنجبيل ويقلب الجميع . يصب الخليط في قالب مبلل ويترك حتى يجمد ثم يقلب كما في الألامسية (صفحة ٦٥٩) .

الماسية بالكستردة

المقادير :

١٠ جرام جيلاتين ، سكر للتحلية ، فانيليا	١/ كيلو لبن ، ٣ بيضات
---	-----------------------

الطريقة :

- ١ - تعمل كستردة مغلية بمقدار اللبن ومح البيض والسكر والفانيليا (ينظر صفحة ٦٣٨) يذاب الجيلاتين في قليل من الماء ويضاف للكستردة ويقلب معها جيداً .
- ٢ - يخفق بياض البيض حتى يجمد ويقلب بخفة مع الخليط ويترك حتى يبرد .
- ٣ - تصب في قالب مبلل وتترك حتى تجمد - تقلب وتجمد وتقدم (ص ٦٥٠) .

الماسية الكستردة بجوز الهند

المقادير :

ملعقة كبيرة من مبشور جوز الهند		كوب كستردة مغلية (صفحة ٦٢٨)
كريمة وأنجليكا للتجميل		١٠ جرام جيلاتين مذابا في ملعقتين ماء

الطريقة :

- ١ - يضاف جوز الهند للكستردة المغلية .
- ٢ - يذاب الجيلاتين ويضاف للخليط ويقلب معه جيدا .
- ٣ - تصب في قالب مبلل ويترك ليتجمد . تقاب وتجميل بالكريمة والأنجليكا

الماسية اللبن الراقية

المقادير :

٢ - ٢ ملاعق كبيرة من الماء		١/٢ ملعقة شاي فانيليا		١/٢ كوب لبن
سكر للتحيات (ملء ملعقة)		٢٠ جرام جيلاتين		١/٢ كوب كريمة

الطريقة :

- ١ - تخفق الكريمة حتى تغلظ نوعاً ثم يضاف إليها اللبن البارد ويحلى الخليط بالسكر ملحوظة : يمكن تلوينها بألوان خفيفة كالوردى والفسطيق الفاتح .

الماسية اللبن الراقية بالقهوة

المقادير والطريقة : كالماسية اللبن الراقية السابقة بإضافة ملعقة روح قهوة للبن بشرط ألا يزيد مقدار خليط اللبن (لبن + روح القهوة عن ١ ١/٢ كوب) تتمه وتقلب كما في الماسية اللبن الراقية السابقة .

الماسية اللبن الراقية بالشيكولاتة

المقادير والطريقة :

كالماسية اللبن الراقية بإذابة ٢ - ٣ ملاعق كبيرة شيكولاتة في مقدار اللبن على

نار هادئة ، ويترك الخليط حتى يبرد تماماً قبل إضافة السكرية المخفوقة . تتم
وتقلب كالماسية اللبن (صفحة ٦٥٧) .

الأماسية العادية بعصير الليمون

الأماسية الليمون

المقادير : ملء ٢ كوب سائل مكون من : ٣ ملاعق كبيرة من عصير ليمون وماء .
سكر مكينة للتحلية ($\frac{1}{8}$ كيلو) - ٢٠ جرام جيلاتين .

الطريقة :

- ١ - يغسل الليمون ويجفف ثم يكحت قشرة بقطع سكر المكينة .
- ٢ - يوضع السكر والماء والجيلاتين المفطع في إناء ويوضع على نار هادئة مع التقليب حتى يذوب السكر والجيلاتين .
- ٣ - يضاف عصير الليمون للخليط جيداً ثم يترك حتى يبرد قليلاً ، دافئ .
- ٤ - يصنّى الخليط في قالب مبلل جيداً بالماء ويترك حتى يجمد .
- ٥ - تقلب (كما في ص ٦٥٠) في صحن بلور ويمكن تجميلها بالفستق المفرد .

الأماسية البرتقال

المقادير : ٢ كوب سائل مكون من :

كوب عصير برتقال وكوب ماء أو
١ + كوب عصير برتقال $\frac{1}{4}$ كوب ماء
{ ٢٠ جرام جيلاتين
سكر مكينة للتحلية (٢ - ٤ ملاعق)

الطريقة :

- ١ - يغسل البرتقال ويجفف ثم يكحت قشرة بقطع السكر
- ٢ - يقطع الجيلاتين ويوضع في إناء مع الماء والسكر، ويوضع على نار هادئة مع التقليب حتى يذوب ويضاف عصير البرتقال ويقلب الخليط ويترك حتى يبرد بشرط ألا يجمد .
- ٣ - يصنّى في قالب مبلل ويترك حتى يجمد .
- ٤ - تقلب الأماسية في صحن بلوري وقد تجميل بالفستق المفرد

الماسية الفراولة

المقادير :

٢٠ جرام جيلاتين	ملء ٢ كوب سائل مكون من
سكر سنتر فيش للتحلية (ملء ٣-٤ ملاعق)	كوب عصير فراولا و $\frac{1}{4}$ كوب ماء
قليل من اللون الأحمر	أو $\frac{1}{4}$ كوب عصير فراولا و $\frac{1}{4}$ كوب ماء

الطريقة :

- ١ - تغسل الفراولا عدة مرات ثم تقطف ويضاف إليها مقدار السكر على هيئة طبقات متبادلة مع الفراولا ، وتترك مدة ساعة .
- ٢ - توضع الفراولا والسكر في قطعة نسيج وتعصر لاستخراج العصير ثم يكيل .
- ٣ - يقطع الجيلاتين ويذاب في مقدار الماء على نار هادئة ثم يضاف لعصير الفراولا ويقلب جيداً ويعاد تحلية الخليط ويلون إذا احتاج الأمر .
- ٤ - تصفى الماسية وتصب في قالب مبلل وتترك حتى تجمد .
- ٥ - تقرب في طبق بلور ، وتجميل بوحدات الفراولا ، ويمكن تجميل هذه الوحدات بوردادات من الكريمة .

الماسية المانجو

المقادير :

سكر سنتر فيش للتحلية (٢ : ٣) ملاعق	ملء ٢ كوب سائل مكون من :
٢٠ جرام جيلاتين	كوب عصير مانجو وكوب ماء أو
	$\frac{1}{4}$ كوب عصير مانجو و $\frac{1}{4}$ كوب ماء

الطريقة :

- ١ - تغسل المانجو وتجفف وتشق الواحدة نصفين وتملأ بالسكر ، ثم يطبق النصفان على بعضها ثانياً وتترك حوالى ساعة . ينزع الجزء اللحمي بملعقة .
- ٢ - يدعك اللحم والسكر جيداً حتى يذوب السكر تماماً .

- ٣ - يوضع الخليط في شاشة ويستخرج العصير ويكبل .
 ٤ - تقطع الجيلاتين وتذاب في مقدار من الماء على نار هادئة ، ثم تضاف لعصير المانجو ويعاد تحلية الألاماسية إذا احتجج الأمر . تصفى الألاماسية وتصب في قالب مبلل وتترك حتى تجمد .
 ٥ - تقلب في طبق بلور وتقدم ، وقد تجمل بالفستق المفري .

الماسية التفاح

ملء ٢ كوب سائل مكون من :	المقادير :
٣ ملاعق كبيرة ماء عصير تفاح	
٢٠ جرام جيلاتين ، سكر للتحلية	
ملعقة شاي عصير ليمون	
قليل من اللون الأحمر	

الطريقة :

- ١ - يقطع الجيلاتين وتنقع في الماء وتترك - يغسل التفاح ويجفف ويبشر بالمبشرة ثم يوضع التفاح المبشور في شاشة ويصر جيداً لاستخراج العصير .
 ٢ - يذاب الجيلاتين على نار هادئة ثم يضاف لعصير التفاح ويحلى بالسكر ويضاف إليه عصير الليمون وتلون خفيفاً .
 ٣ - تصفى الألاماسية في قالب مبلل وتترك حتى تجمد ، تقلب في طبق بلور وتقدم .
 ملحوظة : هذه الألاماسية تعتبر من أحسن الأصناف الملائمة للرضى .

الماسية العنب الأسود

المقادير :

ملء ٢ كوب سائل مكون من :	
١ ١/٢ كوب عصير عنب ، ١/٢ كوب ماء أو	
٢٠ جرام جيلاتين ، قليل من السكر للتحلية	
قليل من اللون الأحمر	

الطريقة :

- ١ - يعصر العنب ويصفى ويكبل ، تقطع الجيلاتين وتذاب في مقدار الماء وتضاف لعصير العنب .

٢ — تحلى الالماسية على حسب الرغبة ويضاف إليها قليل من اللون الأحمر وقد يستغنى عنه تبعاً للون العنب المستعمل . تصنى الالماسية فى قالب مبلل بالماء وتترك حتى تجمد .

٣ — تقلى فى صحن بلور وتجملى بحلقة من وحدات العنب المنزوعة بذوره باحتراس .

الماسية العنب الأبيض

كالماسية العنب الأسود إلا أن الالماسية تلون خفيفاً باللون الأخضر وتجملى بحلقة من العنب النبأى أو العنب المنزوعة بذوره .

الالماسية بالفاكهة

ألماسية الليمون بالعنب الأسود والموز

المقادير : مقدار من ألماسية الليمون العادية (صفحة ٦٦١) ، من ١٠ : ١٥ حبة من العنب الأسود . موزتان .

الطريقة : تعمل كالماسية الليمون الشافة بالعنب والموز (ص ٦٥٠) .

الماسية الفراولا بالموز والفراولا

المقادير : مقدار من ألماسية الفراولا العادية (ص ٦٦٢) ، موزتان ، وحدات من الفراولا

الطريقة : تعمل كالماسية الليمون السابقة باستعمال ألماسية الفراولا ووحدات الفراولا وحلقات الموز .

الماسية العنب الأسود بالكريز والموز

المقادير والطريقة : كالماسية الليمون بالعنب والموز باستعمال الآتى :

ألماسية العنب الأسود (ص ٦٦٤) ، أنصاف الكريز بدلا من العنب الأسود ، حلقات الموز .

الماسية العنب الأبيض بالموز والعنب الاسود

كالماسية الليمون بالعنب والموز باستعمال الماسية العنب الأبيض .

الماسية الليمون بالفاكهة المتنوعة

المقادير :

مقدار من الماسية ليمون بسيطة (ص ٦٦١)	عدد ١ من الموز أو ٦ قطع من الأناناس
عدد ٨ من الكريز أو العنب	عدد ١٠ من الفراولا

الطريقة :

- ١ - ينزع نوى الكريز أو بذور العنب .
- ٢ - يقطع الموز حلقات والأناناس شرائح غليظة نوعاً . وتغسل الفراولا وتقطف .
- ٣ - تخلط الفاكهة بعضها ببعض مع الماسية وتصب في قالب مبلل وتترك حتى تجمد .
- ٤ - تقلب في صحن بلور وتقدم .

الماسية القراصيا

المقادير :

سكر للتخلية « ملعقتان كبيرتان ،	١/٢ كيلو قراصيا ، ملء ٢ كوب ماء
قليل من اللون الأحمر ، جيلاتين	ملعقة حلو عصير الليمون

الطريقة :

- ١ - تغسل القراصيا وتنقع في مقدار الماء مدة ١٢ ساعة .
- ٢ - يضاف السكر وتوضع على نار هادئة حتى تنضج وتنهري ثم تترك حتى تبرد .
- ٣ - ينزع النوى وتصفى بمنخل سلك ويضاف إليها عصير الليمون وقليل من اللون الاحمر ويعاد تخليتها . تكيل ويضاف الجيلاتين من ١٠ - ١٥ جرام جيلاتين لكل ٢ كوب قراصيا مصفاة على حسب ثخانتها .
- ٤ - تذاب الجيلاتين في قليل من الماء على نار هادئة وتضاف للفاكهة المصفاة وتقلب

جيداً . تصب في قالب مبلل بالماء وتترك حتى تجمد .

• - تقاب وتجمد بالكريمة المخفوفة ووحدات للقراصيا الناضجة

الماسية الوشنة

كالماسية القراصيا السابقة ، باستعمال ٢٠ جرام جيلاتين لكل ٢ كوب وشنة مصفاة
وزيادة مقدار سكر التلحية .

الماسية قمر الدين

المقادير :

<p>أقل قليلا من ٢٠ جرام جيلاتين ملعقة زبيب بناتي وملعقة صنوبر</p>	<p>$\frac{1}{8}$ كيلو قمر الدين ملء كوب ماء للنقع . سكر للتحلية (٢ - ملاعق)</p>
---	--

الطريقة :

١ - يقطع قمر الدين وينقع في مقدار الماء مدة ساعة على الأقل ثم يصفى بمنخل
سلاك ويكبل ويكمل بالماء لمقدار $1\frac{1}{2}$ كوب .

٢ - يقطع الجيلاتين ويضاف السكر ومقدار $\frac{1}{4}$ كوب من الماء وتوضع على نار هادئة
حتى يذوب الجميع . يضاف الخليط لقمر الدين ويعاد تحليته إذا احتاج الامر .

٤ - يخلط الزبيب والصنوبر بالماسية قمر الدين وتقلب آناً حتى تبدأ في التجمد
٤ - تصب في قالب مبلل حتى تجمد .

٥ - تقرب في صحن بلور وتجمد بالورز أو البندق المفري .

قالب الجلاتينا بالدجاج

مثل الماسية الشافة بالدجاج (جلاتينا بالدجاج صفحة ٦٥٢) باستعمال مقدار من

الماسية العادية بالمرق الآتية :

الماسية العادية بالمرق (جلاتينا)

المقادير :

٢ كوب مرق ، ٣٠ جرام جيلاتين ، ملح وفلفل أبيض .

الطريقة :

١ - يقطع الجيلاتين ويذاب في مقدار من المرق على نار هادئة وتبل بالملح والفلفل

٢ - تصفى وتترك حتى تبرد بشرط ألا تجمد وتستعمل بدلا من الألاماسية الشافة .

قالب الجلاتينا باللحم

مثل قالب جلاتينا الدجاج ، باستعمال اللحم البتلو الناضج المقطع مكعبات بدلا من

لحم الدجاج (ص ٦٥٢) واستعمال الألاماسية العادية بالمرق (ص ٦٦٦) .

الكريمة Creams

يطلق هذا الاسم على أنواع الحلوى المستعمل فيها الكريمة اللباني ، ويجب أن تكون الكريمة طازجة خالية من أثر اللبن . وتنقسم الكريمة ثلاثة أقسام .

أولاً - الأنواع المكونة من الكريمة فقط : وتعمل من الكريمة المخفوقة المحلاة بالسكر والمضاف إليها الفاكهة المطلوبة والجيلاتين .

ثانياً - الكريمة بالفاكهة : وتعمل من الفاكهة المصفاة والكريمة والجيلاتين .

ثالثاً - الكريمة بالكستردة : وتعمل من الكستردة والكريمة والجيلاتين .

أولاً الأنواع المكونة من الكريمة

وهي من الأنواع الدسمة جدا ، وقلما تستعمل كحلوى بمفردها ، وغالباً تستعمل للحشو في عمل أصناف متنوعة مثل الشارلوت روس ، أو يخفف طعمها الدسم بعمل طبقات متبادلة من الكريمة والألاماسية الشافة أو بتغطية الفالب بطبقة من الألاماسية قبل وضع الكريمة .

كريمة الفانيليا Vanilla Cream

المقادير :

أقل من ٢٠ جرام جيلاتين تذاب في ٣ ملاعق ماء كبيرة

١ كيلو كريمة
١/٢ ملعقة شاي فانيليا ، سكر التحلية

الطريقة :

(١) تخفف الكريمة حتى يغلظ قوامها ، ويتبع في ذلك الآتى :

- ١ - يستعمل أوان نظيفة جافة باردة . تبرد الكريمة قبل خفها .
- ٢ - تستعمل الشوكة للتحقق إذا كان المقدار بسيطاً وإلا تستعمل المضرب .
- ٣ - يضرب بقوة فى المبدأ وكلما غلظت الكريمة أبطئ فى الضرب خوفاً من تجمدها .

(ب) يذاب الجيلاتين فى الماء ويضاف الكريمة المخفوقة ببطء مع التقليب المستمر .

(ج) يضاف السكر ومواد النكهة (لأن إضافة هذه المواد الكريمة قبل خفها تفككها) ويقلب الخليط حتى يبدأ فى التجمد .

(د) يصب الخليط فى قالب بلبل بالماء البارد وتترك ليجمد ثم يقلب كما فى الآلماسية .

ملحوظة : يمكن تلوين الكريمة بقليل من اللون الوردى أو الفستق الفاتح .

كريمة الفانيليا بالمكسرات

المقادير :

مقدار من كريمة الفانيليا (صفحة ٦٦٧) ٥٠ جرام فستق مقشور مفرى غليظا

الطريقة :

تعمل ككريمة الفانيليا ويضاف إليها الفستق المفرى وتصب فى القالب المبلل بالماء وتترك حتى تجمد وتقلب وتقدم .

كريمة الفانيليا بالفواكه المسكرة

المقادير :

٣ ملاعق كبيرة مسطحة لارنج وكريز مسكر مفرى أو مقطع شرائح رفيعة ، أو ٥٠ جرام زنجبيل مسكر مقطع شرائح رفيعة ، مقدار من كريمة الفانيليا (ص ٦٦٧) .

الطريقة :

١ - تعمل كريمة الفانيليا السابقة بإضافة الفاكهة الكريمة وتقليبها حتى تبدأ في التجمد .

٢ - تصب في قالب مبلل وتترك حتى تجمد . تقلب وتقدم .

كريمة الفانيليا بالفواكه الطازجة

الكريمة بالأناناس

المقادير :

مقدار من كريمة الفانيليا (صفحة ٦٦٧) | مل ٢-٣ ملاعق أناناس مقطع مكعبات صغيرة

الطريقة :

١ - يعصر الأناناس قليلا ويقطع مكعبات صغيرة ويجفف، ثم يضاف لكريمة الفانيليا.

٢ - يقلب الخليط ويصب في قالب مبلل بالماء ويترك حتى تجمد، ثم يقلب ويجمد بالفسق

الكريمة بالفراولا

المقادير :

مقدار من كريمة الفانيليا (صفحة ٦٦٧) - $\frac{1}{8}$ كيلو فراولا

الطريقة :

١ - تغسل الفراولا وتقطف وتجفف . تضاف الكريمة الفانيليا وتقلب معها بخفة حتى تبدأ في التجمد .

٢ - تصب في قالب مبلل وتترك حتى تجمد .

٣ - تقلب ويجمد بوحدات الفراولا وبورقات من الكريمة المخفوقة .

كريمة القهوة

المقادير : كمقادير كريمة الفانيليا (ص ٦٦٧) بزيادة مقدار ملعقة حلو أو ملعقة كبيرة من روح القهوة .

الطريقة : تعمل كريمة الفانيليا السابقة وتصب في قالب فخار أو صيني أو ألمنيوم ، ويستغنى

عن استعمال القوالب الصفيح . تترك حتى تجمد ثم تقالب . وتجمل بقايل من اللوز المفري .

كريمة القهوة باللوز

المقادير : مقدار من كريمة القهوة السابقة ، ٤ - ملاعق مسطحة لوز محمص مفري غليظا .
الطريقة : تعمل ككريمة الفانيليا بإضافة اللوز المحمص .

قالب الكريمة بالالماسية

المقادير : مقدار من كريمة الفانيليا (ص ٦٦٧) $\frac{1}{4}$ مقدار من الالماسية الشافة (ص ٦٤٨)
الطريقة :

- ١ - يبلل قالب بالماء البارد وتصب فيه الالماسية مع الاحتفاظ بربع المقدار للتجميل
- ٢ - يوضع القالب على الثلج ويحرك ببطء لتغطيه قاعه وجوانبه بطبقة من الالماسية . ويترك حتى يجمد تماما .
- ٣ - يصب خليط الكريمة (عندما يبدأ في التجمد) في القالب المبطن بالالماسية ويترك في الثلج أو في ثلاجة حتى يجمد تماما . يقلب في صحن بلور كما في الالماسية (صفحة ٦٥٠) .
- ٤ - يفري باقي مقدار الالماسية فرياً غليظاً ويجمل به القالب .

الكريمة بطبقات الالماسية

المقادير : لكل $\frac{1}{4}$ كيلو من كريمة الفانيليا (صفحة ٦٦٧) ملونة باللون الوردى أو الفستقي الفاتح $\frac{1}{4}$ مقدار الماسية شافه (صفحة ٦٤٨) .

الطريقة :

- ١ - يبلل قالب بالماء البارد وتصب به الطبقة من الالماسية لارتفاع ٣ سم وتترك حتى تجمد . يصب فوق الطبقة المتجمدة مقدار ملعقتين من الالماسية الشافه الباردة ثم يصب فوقها مقدار من كريمة الفانيليا لارتفاع ٣ سم ويترك القالب فوق الثلج حتى تجمد طبقة الكريمة .

- ٢ - يوضع مقدار من الألاماسية الشافة لارتفاع ٢ سم ويترك حتى يجمد .
- ٣ - يصب مقدار ٣ ملاعق من الألاماسية الشافة ويصب فوقها مقدار من كريمة الفانيليا لارتفاع ٣ سم ويترك القالب حتى يجمد .
- ٤ - يقلب القالب في صحن بلور ويجمل بالألاماسية الشافة المفربة غليظاً .

ثانياً - الكريمة بالفاكة

المقادير الأساسية :

أقل من ٢٠ جرام جيلاتين مذابة في ٣ ملاعق كبيرة ماء

كوب فاكة مصفاة
كوب كريمة لبان

الطريقة :

١ - تصفى الفاكهة بدون طهى كما فى الفراولا ، أو تطهى مع قليل من الماء ثم تصفى كما فى المشمش والخوخ : تخفق الكريمة حتى يغلظ قوامها نوعاً وتضاف إليها الفاكهة المصفاة .

٢ - تحلى بالسكر الناعم على حسب الرغبة .

٣ - تضاف الجيلاتين المذابة ويقاب الخليط بسرعة ثم يستمر فى التقايب ببطء حتى يبدأ فى التجمد (وقد تختبر ذلك بوضع ملعقة بها قليل من الخليط فوق الزجاج) .

٤ - تصب فى قالب مبلل بالماء البارد وتترك حتى تجمد ، تقاب كما فى الألاماسية (صفحة ٦٥٠) .
٥ - تجمل على حسب نوعها .

ملحوظة - قد يزداد مقدار الفاكهة المصفاة على المقدار الأساسى وبذا تقل كمية الكريمة ويجب ملاحظة حفظ نسبة السائل لكمية الجيلاتين المقررة .

الكريمة بالفراولا

المقادير :

٢٠ جرام جيلاتين مذابة فى ٣ ملاعق ماء كبيرة

كوب فراولا مصفاة
كوب كريمة لبانى ، سكر التحلية

الطريقة :

- ١ - تغسل الفراولا (١ كيلو) وتقطف وتجفف قليلا ثم تصفى بمصفاة ضيقة الثقوب أو منخل شعر أو خلال شاشة ويكيل الناتج .
- ٢ - تخفق الكريمة حتى تغاظ نوعاً وتتم كما فى الكريمة بالفاكهة (صفحة ٦٧١)
- ٣ - تقلب كما فى الالماسية وتجمل بوحدات الفراولا والكريمة المخفوقة .

الكريمة بالمشمش

المقادير :

كوب مشمش مسلوق مصفى	كوب كريمة ، سكر للتحلية
$\frac{1}{4}$ ملاعقة شاي عصير ليمون	٢٠ جرام جيلاتين مذابة فى ٣ ملاعق ماء كبيرة

الطريقة

- ١ - يغسل المشمش وينزع النوى ثم يطهى مع قليل من الماء حتى ينهرى .
- ٢ - يصنى بمنخل شعر أو مصفاة ضيقة الثقوب ويكيل ويضاف إليه عصير الليمون
- ٣ - تم بطريقة الكريمة بالفاكهة (صفحة ٦٧١) تصب فى قالب مبلى وتترك حتى تجمد .
- ٤ - تقلب وتجمل بأنصاف المشمش وبردات من الكريمة المخفوقة والفسق المفرى

الكريمة بالخوخ

كالكريمة بالمشمش ، باستعمال الخوخ بدلا من المشمش .

ثالثا - الكريمة الكستردة

ویدخل تحت هذا القسم كثير من أنواع الكريمة ، مثل الكستردة بالشيكولاتة أو القهوة أو الكريمات بالفاكهة التى يصعب تصفيها ، كالكريز والانافاس والموز والتين والزنجبيل المسكر .

كريمة بالكستردة بالفانيليا

المقادير :

أقل من ٢٠ جرام جيلاتين مذابة في ٣ ملاعق كبيرة من الماء	كوب كستردة مغلية (ص ٦٣٨)
سكر للتحلية ، قليل من الفانيليا	كوب كريمة أو ١ ¼ كوب كستردة مغلية و ¼ كوب كريمة

الطريقة :

- ١ - تعمل كسترة مغلية (ينظر باب الكستردة صفحة ٦٣٨) .
- ٢ - تترك الكستردة لتبرد تماماً ثم يضاف إليها الكريمة المخفوقة نوعاً .
- ٣ - تحلى بالسكر - يذاب الجيلاتين في كمية الماء البارد ويضاف للخليط مع التقليب .
- ٤ - يقلب الخليط على الثلج أو الماء البارد حتى يبدأ في التجمد .
- ٥ - يصب في قالب مبلل بالماء البارد ويترك حتى يجمد .
- ٦ - تقلب كما في الآلماسية (صفحة ٦٥٠) وتجمل على حسب الصنف .

كريمة الكستردة بالقهوة

المقادير :

أقل قليلاً من ٢٠ جرام جيلاتين مذابة في ٣ ملاعق ماء كبيرة	١ ¼ كوب كستردة مغلية (ص ٦٣٨)
ملعقة روح قهوة كبيرة	¼ كوب كريمة
	سكر للتحلية

الطريقة :

- ١ - يضاف روح القهوة للكستردة . تعمل بطريقة كريمة الكستردة بالفانيليا السابقة .
- ٢ - تصب في قالب من الفخار أو الألمنيوم وتترك حتى تجمد .
- ٣ - تقلب وتجمل بوردرات من الكريمة المخفوقة .

(٥) لمل الكستردة يؤخذ لكل ٢ كوب لبن من ٥ - ٦ يضة كاملة .

كريمة الكستردة بالشيكولاتة

المقادير :

سكر ناعم للتحلية	١ كوب كستردة مغلية (ص ٦٣٨)
أقل من ٢٠ جرام جيلاتين مذابة في ٣ ملاعق	١ كوب كريمة
ماء كبيرة	٤٠ جرام شيكولاتة ، ١ ملعقة شاي فانيليا

الطريقة :

١ - تذاب الشيكولاتة في اللبن المستعمل لعمل الكستردة المغلية كما في (ص ٦٣٨)
ويضاف إليها الفانيليا وتترك لتبرد . تدمج كما في كريمة الكستردة بالفانيليا
(صفحة ٦٧٣) .

٢ - تصب في قالب صيني أو ألومنيوم وتترك حتى تجمد .

٣ - تقالب وتجمد بوردات من الكريمة المخفوقة .

كريمة الكستردة بالأناناس

المقادير :

أقل قليلا من ٢٠ جرام جيلاتين مذاها في	١ كوب كستردة مغلية ، ١ كوب كريمة أو
٣ ملاعق ماء كبيرة	كوب كستردة مغلية ، كوب كريمة ،
٢ ملعقة كبيرة من أناناس مقطع	سكر للتحلية

الطريقة :

يقطع الأناناس ويجفف ويضاف للكستردة ويتم بطريقة الكريمة بالكستردة
(صفحة ٦٧٣) .

كريمة الكستردة بالكريز

مثل كريمة الكستردة بالأناناس السابقة باستعمال الكريز المنزوع النوى بدلا
من الأناناس .

كريمة الكستردة بالفراولا
مثل كريمة الكستردة بالأناناس (ص ٦٧٤) باستعمال وحدات الفراولا الصلبة
بدلا من الأناناس .

كريمة الكستردة بالزنجبيل
تعمل كما في كريمة الكستردة بالأناناس (ص ٦٧٤) باستعمال ٥٠ جرام زنجبيل
مسكر مقطوع شرائح رفيعة بدلا من الأناناس .

قالب الشارلوت روس Charlotte Russe

المقادير : ١٢ - ١٤ من بسكوت السافوى الخاص (٥) ، ١/٢ مقدار من الماسية الليمون
الشافة (صفحة ٦٤٨) .

للحمص : ١ - مقدار من كريمة الفانيليا (صفحة ٦٦٧) ، أو كريمة الفانيليا بالأناناس
(صفحة ٦٦٩) أو :

٢ - مقدار من الكريمة بالفراولا (صفحة ٦٦٩) ، أو الكريمة بالمشمش
(صفحة ٦٧٢) ، أو :

٣ - مقدار من الكريمة الكستردة بالفانيليا (صفحة ٦٧٣) أو كريمة
الكستردة بالأناناس (صفحة ٦٧٤) .

للزنجبيل : قليل من الماسية الليمون المفربة غليظا ، قليل من الفستق .

الطريقة :

١ - توضع طبقة من الماسية الليمون في قالب شارلوت (قالب سادة مستدير قطره
١٢ سم وارتفاعه ٨ سم) لارتفاع حوالى ١ سم ثم تترك حتى تجمد .

٢ - تجمد الطبقة بأنصاف الفستق المفقور تجميلا بسيطا ، وذلك بغمسها أولا
بالماسية السائلة الباردة ، ويترك الفستق يثوث .

(٥) يشتري بسكوت السافوى من محل الملوى الشجرة ، أو يستعمل بسكوت السافوى (ص ٥٧٤) .

- ٣ — توضع فوق المستق طبقة من الألاماسية الشافة مائلة في الارتفاع للطبقة الأولى ويترك حتى يجمد . يساوى طرفا كل بسكوتة حتى تساوى ارتفاع القالب تماماً .
- ٤ — يرص البسكوتة جنباً لجنب داخل جدران القالب ، وذلك بيل أحد طرفي كل بسكوت في الألاماسية السائلة الباردة ، ويلاحظ ترك فضاء بين البسكوت وبعضه .
- ٥ — يملأ فراغ القالب بالحشو المختار وبشرط أن يكون غليظاً نوعاً لئلا يتسرب من بين البسكوت يوضع القالب في الثلاجة أو في مكان بارد وحوله الثلج حتى يجمد .
- ٦ — يوضع القالب في ماء ساخن نوعاً مساو لارتفاع طبقة الألاماسية ليسهل قلبه .
- ٧ — يقلب في طبق فضى أو بلور ويجعل بالألاماسية المفرية غليظاً .

المثلجات من الأصناف المرغوب تناولها في فصل الصيف
ويحسن صنعها بالمنزل للتثبيت من نقاوة مقاديرها وصلاحياتها
للأكل ، لأنها كثيراً ما تسبب انتشار الأمراض إذا لم يعتن تماماً
بنظافة جميع الآنية المستعملة ، أو كانت المقادير ملوثة مهمة
غير طازجة .



وعمل المثلجات لا يكلف ربة المنزل إلا وقتاً قصيراً وثنماً زهيداً للحصول على نوع من
الجميل الذي لذيذ الطعم ذي قيمة غذائية مفيدة — وكل ما يحتاج إليه هو :
١ - وجود آلة التليج .

٢ - معرفة بعض ما يجب مراعاته عند عمل أى نوع من أنواع المرطبات .

آلة التليج

ولها نوعان :

(أولاً) الطراز القديم — وهو شائع الاستعمال ويتكون من سطح خشبي له ثقب
بأسفله ويستعمل لحفظ الثلج ويوجد بداخله وعاء من المعدن يوضع به الخليط المراد تليجه
وتدار هذه الآلة باليد ويختلف ثمنها على حسب حجمها .

تجهيزها والعناية بها :

١ - تنقع جميع أجزائها في الماء حوالي ١٢ ساعة قبل الاستعمال لازالة جميع بقايا
الملح واللبن الخ .

٢ - يجفف إناء الخليط وغطاؤه تحفيماً جيداً . تعد الآلة للاستعمال .

٣ - يوضع الخليط المعد في الإناء الداخلي ويحكم غطاؤه .

٤ - يملأ الفراغ بالثلج والملح (الثلثين من الثلج والثلث من الملح) .

(ثانياً) النوع الحديث — ويسمى فاكوم ، وهو عبارة عن إناءين أحدهما داخل الآخر
ويملأ فراغ لوضع الثلج والملح — وله غطاءان محكمان أحدهما علوى يغطي الإناء الداخلي
الذي يحتوي على الخليط والاخر سفلى يغطي الإناء الخارجى ومنه يملأ الفراغ المعد لوضع
الثلج والملح .

وهذه الآلة لا تدار باليد بل يكتفى بوضع السائل المراد تثليجه في الإناء الداخلى وتركه مدة حتى يجمد مع قلب الآلة لأعلى ولأسفل آنفاً حتى يتم تجمد الخليط .

العناية بها :

تغسل جيداً مع الاعتناء التام بنظافة الإناء المعد للخليط . تجفف جيداً وتستعمل .

القوالب

وتوجد قوالب خاصة تستعمل لتشكيل أنواع المشروبات الراقية ، وتعرف حينئذ بالبودنج المشلىج أو الكسانا .

طريقة استعمالها :

- ١ - يثلىج الخليط فى الآلة إلى ثلثى المرحلة . يغسل القالب ويجفف جيداً .
- ٢ - يملأ بالخليط المشلىج السابق مع كده جيداً حتى يتشكل القالب .
- ٣ - يغطى القالب بغضائته المحكم ثم يدهن حوله بالشمع السائل زيادة فى إحكامه منعاً من تسرب المالح أو ماء الثلج إلى الخليط . يلف القالب بورق زيادة فى الاحتراس
- ٤ - يوضع فى سطل وحوله المالح والثلج (بنسبة ١ : ٨) من جميع جهاته .
- ٥ - يترك هكذا مدة لا تقل عن ساعتين مع تغطية السطل بقطعة من الخيش .

طريقة قلب الثلج من القالب :

- ١ - يرفع القالب من الثلج . ينزع الورق ويكشط الشمع . ثم يمسح القالب جيداً
- ٢ - يمرور القالب فى الماء البارد ويجفف يفتح القالب باحتراس ويقب المشلىج فى صحن معد أو على كمكة مستديرة ويجمل على حسب الذوق والصنف .

الشروط الواجب مراعاتها عند عمل المشروبات

- ١ - نظافة جميع الآوانى المستعملة بغسلها بالماء المغلى والصابون .
- ٢ - يكسر الثلج قطعاً دقيقة ويضاف إليه المالح بنسبة ١ من الثلج ، ١ من المالح .
- ٣ - تزد التحلية قليلاً على التحلية المعتادة ، مع ملاحظة تجنب الزيادة الكبيرة لأن كثرة السكر تعوق تجمد الجيلاتى وقلة تحجره .

- ٤ - يلاحظ ملء الآلة إلى ثلثها فقط ، لأن السائل يزداد حجمه عند التجمد .
- ٥ - يوضع الخليط المعد في الآلة بعد تمام تبريده لأن وضعه ساخناً يستنفذ الكثير من الثلج ، وإذا أريد إضافة فاكهة مثل الفراولا أو الموز أو المكسرات كالفسق واللوز وجب إضافتها بعد تجمد المزيج قليلاً حتى لا ترسب في القاع .
- ٦ - يجب مسح غطاء الإناء المحتوى عل الخليط مسحاً جيداً قبل فتحه منعاً من دخول المالح للخليط . تفتح الآلة آنفاً نا وتسكحت الجوانب ويقلب الجيلاتى بملعقة خشب .
- ٧ - إذا أريد عمل قوالب من الخليط أخذ المقدار المطلوب ، وهو فى منتصف مرحلة التليج .
- ٨ - يجب ترك الجيلاتى فى الآلة مدة ١/٢ ساعة بعد تجمده تماماً ، وذلك لتحسين طعمه ثم يقدم فى الأطباق أو الكؤوس المعدة لذلك .

أقسام المشروبات

تنقسم ثلاثة أقسام رئيسية :

- ١ - المشروبات المائية وتعرف بالجرانيطة .
- ٢ - بالكريمة مثل الفراولا بالكريمة والمشمش بالكريمة الخ .
- ٣ - بالكستردة مثل جيلاتى العانيليا والفاكهة والمكسرات الخ .

أولاً - الجرانطة

وتصنع عادة من الفاكهة المصفاة أو عصيرها ثم تحلى ويحسن تحليتها بالشراب السكرى بدلا من السكر ، وهذا النوع مرطب للجسم ، ومستحب على الكثير من الأنواع الأخرى .

الشراب السكرى

المقادير : لكل ١/٢ كيلو سكر لتر ماء وعصير ليمونة .

الطريقة : يذاب السكر فى الماء ويضاف إليه عصير وقشر الليمون المقطع رفيماً ، ويترك ليغلى مدة ١٠ دقائق مع ملاحظة زرع الزبد يصفى ويترك ليبرد تماماً قبل استعماله للتخلية

عمل الجرانطة

- ١ - تخلط جميع المقادير بعضها ببعض على حسب الصنف .
 - ٢ - تحل بالسكر أو بالشراب السكرى السابق ، مع ملاحظة زيادة التحلية قليلا لأن عملية التثليج تقلل من التحلية .
 - ٣ - يوضع في آلة التثليج المعدة .
 - ٤ - تعرف أو تشكل وتوضع في أكواب أو أطباق معدة .
- جرانطة الليمون (رقم ١)

المقادير : لتر ماء $\frac{1}{2}$ كيلو سكر مكينة للتحلية ، $\frac{1}{4}$ كوب عصير ليمون .

الطريقة :

- ١ - يدعك سكر الماكينة في قشر الليمون لاستخراج النكهة .
- ٢ - يذاب السكر في مقدار الماء عن نار هادئة ثم يغلى مدة $\frac{1}{4}$ ساعة مع ملاحظة نزع الزبد (الريم) .
- ٣ - يرفع فوق النار ويترك حتى يبرد .
- ٤ - يرفع من فوق النار ويترك حتى يبرد .
- ٥ - يوضع في آلة التثليج المعدة وتدار حتى يجمد (ينظر صفحة ٧٧) .
- ٦ - تقدم في كؤوس أو أكواب .

جرانطة الليمون (رقم ٢)

المقادير : كالسابقة بإضافة يياض ٤ يياضات .

- الطريقة : ١ - كالسابقة ويضاف يياض البيض المخفوق جامداً للخليط بعد تصفيته .
- ٢ - يوضع في آلة التثليج ويتم كالسابق (ينظر صفحة ٦٧٧) .
- جرانطة الليمون بالبرتقال

المقادير :

٢ كوب ماء
٤ ملاعق كبيرة من عصير ليمون
 $\frac{1}{4}$ كوب عصير برتقال أو شراب برتقال | سكر ماكينة للتحلية ($\frac{1}{2}$ كيلو)

الطريقة:

١ - يدعك السكر في قشر الليمون والبرتقال .

٢ - تتمم كما في جرانطة الليمون رقم ١ ،

جرانطة البرتقال

المقادير :

(رقم ٢)

عصير البرتقال

٢ كوب ماء ، ٢ كوب عصير برتقال

ملعقة كبيرة من عصير ليمون

سكر للتحلية (١ كيلو)

(رقم ١)

بشراب البرتقال

٣ ١/٢ كوب ماء

٢ كوب شراب برتقال

٢ ملعقة كبيرة عصير ليمون

الطريقة :

١ - تخطط مقادير جرانطة شراب البرتقال بعضها بعض وتصفى وتوضع في آلة التخليج وتدار حتى تجمد .

٢ - أما في الجرانطة باستعمال عصير البرتقال فيعمل شراب من السكر والماء وقشر الليمون ويغلى مدة ١/٢ ساعة مع نزع الزبد ثم يترك حتى يبرد . ويضاف إليه عصير البرتقال والليمون ويصفى ويوضع في آلة التخليج وتدار حتى يجمد .

جرانطة المانجو

المقادير :

(رقم ٢)

٢ كوب ماء .

١ كوب عصير مانجو

سكر سنتر فيش للتحلية (حوالى ١/٢ كيلو)

ملعقة كبيرة من عصير ليمون

قليل من اللون الأصفر

(رقم ١)

٣ كوب ماء

كوب عصير مانجو

سكر سنتر فيش للتحلية (١/٢ كيلو)

ملعقة حلو عصير ليمون

قليل من اللون الأصفر

المقادير :

- ١ - تغسل المانجو وتجفف وتشق الواحدة نصفين وتملأ بالسكر وتغفل ثانياً وتترك حوالى ساعة . ينزع الجزء اللحمى باستعمال ملعقة .
- ٢ - يدعك اللحم والسكر جيداً حتى يذوب السكر تماماً ثم يصفى الخليط بمنخل أو شاشة ويكيل . ثم يضاف مقدار الماء وعصير الليمون وقليل من اللون الأصفر ويقلب الخليط. ويوضع فى آلة التثليج حتى يجمد (ينظر صفحة ٦٧٧) .

جرائطة المشمش

- المقادير : ٢ كوب من مشمش مصفى ، ٢ كوب شراب سكرى (صفحة ٦٧٩) ، ملعقة كبيرة من عصير ليمون .

الطريقة : تخلط المقادير بعضها ببعض وتوضع فى آلة تثليج وتتم كما فى (٦٧٧)

جرائطة قمر الدين

- المقادير : $\frac{1}{8}$ كيلو من قمر الدين ؛ ملء ٢ كوب ماء مغلى ، ٢ كوب شراب سكرى (ص ٦٧٩) ، ٤ ملاعق كبيرة مسطحة زبيب بناتى (ينقع فى ماء بارد) .

الطريقة

- ١ - ينقع قمر الدين فى الماء المغلى مدق ١ ساعة ثم يصفى بمنخل شعر ويترك حتى يبرد
- ٢ - يكيل ويكمل بالشراب السكرى حتى يصير المقدار اراً (٤ أكواب)
- ٣ - يوضع فى آلة التثليج وتدار حتى يقرب من التجمد . ثم تفتح الآلة باحتراس ويضاف إليها الزبيب المنقوع المجفف ويقلب جيداً مع الخليط . تغفل الآلة ويتم التثليج .

جرائطة الفراولا

- المقادير : $\frac{3}{4}$ كيلو فراولا ، ملء ٢ كوب ماء ، عصير ليمونتين $\frac{1}{4}$ كيلو سكر سنتر فيش

الطريقة :

- ١ - تغسل الفراولا جيداً وتقطف ، ويضاف إليها السكر وتترك مدة ١ ساعة .
- ٢ - تصفى من منخل شعر ويضاف إليها الماء وعصير الليمون وقليل من اللون الأحمر إذا أريد . توضع في آلة التليج وتدار باليد حتى تجمد .

ثانياً - المثلجات بالكريمة

- يختلف تكوين خليط هذا النوع على حسب الصنف ولها نوعان أساسيان .
- (أ) المثلجات بالكريمة . (ب) المثلجات بالكريمة والفانيليا .

(أ) المثلجات بالكريمة

المقادير والطريقة : كما في عمل قوالب الكريمة ، غير أنه يستغنى عن الجيلاتين في التجميد لأن التليج يقوم مقام الجيلاتين : وتعمل أصناف قوالب الكريمة المذكورة من (صفحة ٦٦٧) إلى صفحة (٦٧٥) مثلجات ، وهناك أصناف أخرى منها :

مقدار رقم ٣	مقدار رقم ٢	مقدار رقم ١
كيلو كريمة	كيلو كريمة	كيلو كريمة
$\frac{1}{4}$ كيلو سكر (٢٥٠ جرام)	$\frac{1}{4}$ كيلو سكر	$\frac{1}{4}$ كيلو سكر
$\frac{1}{4}$ ملعقة شاي فانيليا	$\frac{1}{4}$ ملعقة شاي فانيليا	$\frac{1}{4}$ ملعقة شاي فانيليا
٥ بيضات	٥ بيضات	٥ بيضات
١٠٠ جرام بندق مفروى	$\frac{1}{8}$ كيلو فراولا ممهوكه	
أو فستق مفروى		

الطريقة :

- ١ - يخفق مح (صفار) البيض، ثم يضاف إليه السكر ويستمر في الخفق إلى أن يصير المزيج ناعماً خفيفاً ، تضاف الكريمة للخليط ويرفع الإناء على حمام مائى مدة دقيقة مع التقليب المستمر .

- ٢ - يبرد الخليط تماماً وتضاف إليه بقية المقادير وتقلب جيداً وقد يكون باللون الفستقى في حالة استعمال الفستق . يوضع في آلة التليج وتدار حتى يجمد الخليط

٣ — يغرف في طباق وكووس زجاجية أو يجمل السطح على حسب الرغبة إما بالبندق أو الفستق المفري .

(ب) المثلجات بالكريمة والفانكة

تعمل أصناف قوالب الكريمة بالفانكة المصفاة المذكورة من صفحة (٦٧١-٦٧٢) ويستغنى عن استعمال الجيلاتين . وهناك أصناف أخرى منها :
جيلاتي الفراولا (رقم ١)

المقادير :

١ كيلو فراولا ، قليل من اللون الأحمر		١٥٠ جرام كريمة مخفوفة
مل ٢ كوب شراب سكري (صفحة ٦٧٩)		ملعقة حلو من عصير ليمون

الطريقة :

- ١ — تغسل الفراولا وتقطف وتصفي بمنخل شعر .
- ٢ — تضاف المقادير بعضها لبعض عدا الكريمة ويترك الخليط على الثلج يبرد تماما
- ٣ — تضاف الكريمة للخليط . ويقلب ثم يوضع في آلة التليج المعدة وتدار حتى يجمد بنظر (صفحة ٦٧٧) .

جيلاتي الفراولا (رقم ٢)

المقادير :

١ كيلو كريمة أو علبة لبن نسلة وزن ١ كيلو		١ كيلو سكر سنترفيش
كوب عصير فراولا بضع وحدات من الفراولا		١/٢ ملعقة شاى عصير ليمون

الطريقة :

- ١ — تغسل الفراولا جيداً وتقطف (١ كيلو) ثم يضاف إليها السكر السنترفيش وتترك مدة — ١ ساعة . وتصفي من منخل شعر
- ٢ — تخفق الكريمة حتى تغلظ نوعاً ثم تضاف إلى عصير الفراولا أو يضاف العصير إلى اللبن النسلة في حالة استعماله . توضع في آلة التليج وتدار حتى يقرب الجيلاتين من التجمد .

- ٣ - تفتح الآلة باحتراس وتضاف وحدات الفراولا وتقلب جيداً مع الخليط ثم تقفل الآلة . يتم التثليج وبغرف الجيلاتى فى أطباق أو كؤوس .
ملحوظة : تضاعف المقادير المذكورة بعاليه إذا أريد عمل لتر من الجيلاتى .

ثالثا - المثلجات بالكستردة

ولها نوعان أساسيان .

- ١ - المثلجات بالكستردة فقط . مضافا إليها الروائح كالفانيليا الخ أو الفواكه المسكرة أو عصير الليمون أو الفاكهة مصفاة أو مكسرات الخ .
٢ - المثلجات بالكستردة والكريمة - وهى نوع راق ، وقد يضاف إليها الروائح والفواكه المسكرة المقطعة والمكسرات .

المقادير والطريقة :

مقاديرها وطريقة تجهيزها كما فى الكريمة بالكستردة من (صفحة ٦٧٢ إلى صفحة ٦٧٥) ويستغنى عن الجيلاتين باستعمال الثلج وهناك أصناف عدة منها :
جيلاتى الفانيليا بالكستردة الاقتصادية

المقادير :

١ كيلو لبن	٢ ملعقة كبيرة سكر
٣ ملاعق كبيرة مسطحة كورن فلور	بيضنة كبيرة ، فانيليا

الطريقة :

- ١ - يمزج الكورن فلور جيدا بملعقتين كبيرتين من اللبن البارد .
٢ - يغلى باقى المقدار ويصب فوق الكورن فلور المزوج مع التقليب المستمر .
٣ - يعاد الخليط . للإناء ، ويرفع على نار هادئة ويترك يغلى مدة ١٠ دقائق مع التقليب .
٤ - يحلى بالسكر ويرفع من فوق النار ويترك حتى يبرد .
٥ - يخفق البيض ويضاف للخليط ، كذا الفانيليا ، ويقلى جيدا .
٦ - يترك حتى يبرد تماما ثم يثلج فى آلة التثليج المعدة (ينظر ص ٦٧٧)

١ - يقدم في أطباق أو كؤوس خاصة وقد يرش الوجه باللوز أو الجوز المفري .
ملحوظة : يمكن الاستغناء عن الكورن فلور وعمل كستردة مغلية بالبيض (ص ٦٣٨)
جيلاتى الكستردة بالنشاء

المقادير :

٤ ملاعق كبيرة مسطحة نشاء	ملعقة شاي فانيليا
٥ ملاعق كبيرة سكر	أو ملعقة حلو روح القهوة

الطريقة :

- ١ - يمزج النشاء بقليل من اللبن البارد .
- ٢ - يغلى اللبن ويحلى ثم يضاف للنشاء مع التقليب الجيد، ويطبخ النشاء على النار . ويرفع ثم يبرد المزيج قليلا ويؤخذ منه حوالى الربع ويضاف إلى البيضة المخفوقة جيداً ، ثم يطبخ على حمام مائى حتى يزول طعم البيض الشئ . (كستردة)
- ٣ - تصفى الكستردة على باقى خليط اللبن مع إضافة الفانيليا أو روح القهوة ويقاب الجميع ويبرد تمام ثم يوضع فى آلة التثليج المعدة ويتم .
- ٤ - يوضع فى أكواب زجاجية ويحمل بالفسق .

جيلاتى الموز

المقادير :

٢ ملعقتان كبيرتان سكر	بيضتان
١/٢ كوب لبن	ذرة ملح

الطريقة :

- ١ - يقشر الموز، ويسكحت، ويدعك جيداً أو يمرر من منخل ثم يضاف إليه عصير الليمون .

- ٢ - تعمل كستردة مغلية من اللبن والسكر والبيض والملح (ينظر صفحة ٦٣٨) .
- ٣ - تضاف الكستردة لخليط الموز ويقلب جيداً ويترك حتى يبرد تماماً ثم يوضع فى آلة التثليج وتتلج ويقدم فى أطباق أو كؤوس زجاجية بعد رش الوجه بالجوز المفري

جيلاتى شيكولاته

المقادير :

١/٨ كيلو شيكولاته مبشورة
« سادة بدون لبن ،
١/٤ كيلو لبن ، ١/٤ كيلو كريمة

عدد ٢ بيضة كاملة ومع بيضتان (٤ بيضات)
مايكنى من السكر للتحلية
ملعقة صغيرة روح الفانييا

الطريقة :

١ - يخفق البيض جيداً فى سلطانية . يغلّى اللبن وتضاف إليه الشيكولاتة المبشورة
لندوب فيه .

٢ - يصب اللبن المذابة فيه الشكولاتة على البيض المخفوق فى السلطانية ويمزج الجميع جيداً
بملعقة .

٣ - يذاب فى هذا الخليط مايكنى من السكر للتحلية (تزداد التحلية عن المعتاد لأن
الكريمة ستضاف فيما بعد) يصب الخليط فى آلة الجيلاتى وتدار الآلة حتى
يبرد جيداً .

٤ - تخفق الكريمة بالشوكة فى سلطانية وتضاف إلى الخليط فى الآلة وتدار حتى يجمد

جيلاتى الأوفالتين

المقادير :

١/٢ كيلو لبن
ملعقتان كبيرتان من أوفالتين

ملعقتان كبيرتان من سكر
٤ بيضات ونصف كيلو كريمة

الطريقة :

١ - يذاب الأوفالتين فى قليل من اللبن .

٢ - يسخن باقى اللبن ويذاب فيه السكر ويضاف إليه مع البعض المخفوق ويرفع
الخليط على نار هادئة مع التقليب حتى يغلظ قوامه (كستردة) .

٣ - يبرد الخليط ويضاف إليه الأوفالتين ويقلب جيداً ثم يصفى .

٤ - تخفق الكريمة نصف خفق كذا يخفق بياض البيض حتى يجمد تماماً ويضاف

للخليط السابق ، ويوضع الخليط في آلة التثليج حتى يصل إلى نصف مرحلة التجمد ثم يقلب جيداً ويترك في الآلة حتى يتم التثليج .

جيلاتي القهوة

المقادير :

٣ ملاعق كبيرة مسطحة نشا ، ٥ ملاعق كبيرة سكر	١ ١/٢ كوب لبن ، ١/٢ كوب كريمه
٢ بيضة كبيرة	روح القهوة على حسب الرغبة

الطريقة :

- ١ - يمزج النشا بقليل من اللبن البارد .
- ٢ - يغلى اللبن وتحلى بالسكر ثم يضاف النشا مع التقليب الجيد ويطبخ على النار .
- ٣ - يبرد الخليط قليلاً ثم يؤخذ منه حوالى الربع ويضاف إلى البيض المخفوق جيداً ثم يطبخ على حمام مائى حتى يزول طعم البيض النيى . (كستردة) .
- ٤ - تصفى الكستردة على باقى الخليط وتضاف روح القهوة (ويمكن استعمال قهوة مركزة مصفاة جيداً بدلاً من الروح) ويقلب جيداً ويترك حتى يبرد تماماً .
- ٥ - تخفق الكريمة حتى يغلظ قوامها وتضاف للخليط ويوضع في آلة التثليج وتدار حتى يجمد الجيلاتى . يملأ به الأواني الزجاجية ويحمل السطح بالمكسرات المفربة

جيلاتي التين

المقادير :

حوالى ١/٨ كيلو تين ١/٢ ملعقة شاي روح الفانيليا	٢ ١/٢ كوب لبن ، ١٥ ملعقة كبيرة سكر
٢ ملعقة كبيرة كريمه ، بياض بيضة .	مح بيضة كبيرة . ذرة ملح

الطريقة :

- ١ - تعمل كستردة مغلية من اللبن والسكر ومح البيض (ص ٦٣٨) وتترك حتى تبرد
- ٢ - يضاف إليها ذرة ملح والتين المفرى ناعماً والفانيليا والكريمة وبياض البيض المخفوق جيداً .
- ٣ - يقلب الخليط ويقدم في كاسات الجيلاتى .

جيلاتى اللبن

المقادير

١٠ جرام جيلاتين مذابة فى ١/٢ كوب لبن	بياض بيضتين ، ٢ كيلو لبن
١/٢ كوب فاكهة مصفاة (فراولا ، مانجو	١/٢ كيلو وملعقة كبيرة سكر ، ٢ملعقة عصير
شمش) .	ليمون

الطريقة :

- ١ - يذاب السكر فى اللبن ثم يضاف إليه الجيلاتين المذاب فى الماء ويقلب جيداً ويصنى ويترك حتى يبرد تماماً :تضاف الفاكهة المستعملة وعصير الليمون ويقلب الجميع جيداً .
- ٢ - يخفق بياض البيض حتى يجمد ويقلب بخففة مع الخليط . ويوضع فى آلة التليج ويتمم كالسابق .

جيلاتى السحلب

المقادير :

ملعقة شاي مسطحة من سحلب	كيلو لبن ، ١/٢ كيلو سكر
١/٢ ملعقة شاي فانيليا	٢ ملعقة كبيرة مسطحة نشا

الطريقة :

- ١ - يذاب النشا فى الماء البادر ويضاف إليه مقدار من اللبن المغلى المحلى بالسكر مع التقليب الجيد . يعاد على النار مع التقليب حتى ينضج النشا .
- ٢ - يمزج السحلب جيداً بقليل من الماء ويضاف إليه المقدار الباقي من اللبن المغلى مع التقليب الجيد . يرفع على النار مع استمرار التقايب حتى يغلى ويغاط قوامه .
- ٣ - يضاف خليط النشا لخليط السحلب ويمزج جيداً ويترك حتى يبرد تماماً .
- ٤ - يوضع فى آلة التليج وتدار حتى يجمد . ويقدم بحملا بالفستق أو اللوز .

قوالب الجيلاتي (الكاسات البودنج) كاسات الفواكه المسكرة

المقادير :

٢٠ جرام زنجبيل	مقدار من الكستردة المغلية (صفحة ٦٣٨)
$\frac{1}{8}$ كيلو من فواكه مسكرة ومكسرات	شراب سكري للتحلية (صفحة ٦٧٩)
كريز - لارنج - فستق مقشور	بياض ٣ بيضات
$\frac{1}{4}$ ملعقة شاى فانيليا	$\frac{1}{4}$ كيلو كريمة مخفوقة

الطريقة :

- ١ - يقطع الفستق المقشور شرائح رفيعة طولا وتقطع الفواكه المسكرة مكعبات صغيرة.
- ٢ - تحلى الكستردة بالشراب السكري وتضاف إليها الفانيليا وتوضع في آلة التخليج حتى تصل نصف مرحلة التجمد - تفتح الآلة باحتراس .
- ٣ - تضاف الفواكه والفستق والكريمة المخفوقة وبياض اليبض المخفوق جامداً ويقلب الخليط بخفة . تغلق الآلة ويعاد التخليج حتى يصل الخليط لثلاثي مرحلة التجمد .
- ٤ - يملأ القالب الخاص بالخليط ويحكم غطاؤه (ينظر صفحة ٦٧٨) ثم يلف بورقة شفاف ويوضع في جردله وحوله الثلج والملح مدة ٣ ساعات .
كاسات الكريمة واللوز

المقادير :

ملعقتان كبيرتان سكر ناعم	$\frac{1}{4}$ كيلو كريمة
$\frac{1}{4}$ ملعقة شاى روح الفانيليا	بياض ٣ بيضات ، ٤ ملاعق كبيرة
	مسطحة لوز مفري

الطريقة :

- ١ - يبطن القالب بورقة زبد في سطل به ثلج .
- ٢ - تخفق الكريمة حتى تغلظ وتحلى بمقدار السكر .
- ٣ - يضاف إليها بياض اليبض المخفوق والفانيليا واللوز ويقلب الخليط بخفة .

- ٤ — يصب في القالب المعد ويغطى ويترك في الثلج حوالى ٥ ساعات .
 ٥ — يقلب من القالب وتنزع الورقة وتقطع أصابع أو مربعات وتوضع في صحن مناسب ومعها البسكويت الخاص المسمى وبفر Wafer .

الكاساتا الفرنسية

المقادير :

١ كيلو كريمة ، ١ ملعقة شاي فانيليا | ١ كيلو سكر ناعم - ٦ بيضات
 ١ كيلو فواكه مسكرة ومكسرات (بندق وفواكه مسكرة) .

الطريقة :

- ١ — يخفق البيض ويضاف إليه السكر ونصف مقدار الكريمة ويقلب الجميع جيداً ثم يطهى الخليط على حمام مائي حتى يغلي (كستردة) .
- ٢ — تنزع من فوق النار وتترك حتى تبرد تماماً فيضاف إليها باقي الكريمة والفانيليا
- ٣ — توضع في آلة التثليج وتدار حتى منتصف مرحلة التجمد .
- ٤ — تضاف حينئذ الفاكهة المقطعة مكعبات صغيرة والبندق المفروى غليظاً ويقلب مع الخليط ثم يعاد التثليج إلى ثلثي المرحلة .
- ٥ — توضع في القالب المعد ويتم التثليج كالسابق (ينظر صفحة ٦٧٨) .

البودنج المثلج

المقادير :

١ كيلو كريمة | ٤٠ جرام جوز مفروى غليظاً
 ٥ ملاعق كبيرة سكر ، ٣ ملاعق مسطحة زبيب بناتي | ٥٠ جرام فواكه مسكرة
 ٥٠ جرام لوز محمص مفروى غليظاً | ٥ بيضات ، فانيليا

الطريقة : يعمل بالطريقة السابقة (الكاساتا الفرنسية) .

كاساتا الشيكولاتة

المقادير :

٣ ملاعق سكر ناعم	١ كيلو كريمة
١٠ جرام جيلاتين	٣ ملاعق كبيره شيكولاتة

الطريقة :

- ١ - تذاب الشيكولاتة والجيلاتين في ملعقة من الماء البارد على نار هادئة ، ويضاف إليها السكر ويترك الحليط حتى يبرد .
 - ٢ - يضاف الحليط للكرينة المخفوقة ويوضع في قالب مبلل بالماء .
 - ٣ - يثلج القالب بوضعه في الثلج مدة ٤ ساعات أو بوضعه في ثلاجة .
- ويمكن عمل كثير من قوالب الجيلاتى بوضع نوعين أو أكثر من الجيلاتى السابق ذكره المثلج ثلثي تثليج في قالب على هيئة طبقات متبادلة ثم يتم التثليج كما في الكاساتا (ينظر صفحة ٦٧٨) ، ومثال ذلك .

- ١ - جيلاتى الفستق (ص ٦٨٣) رقم ٣ ، جيلاتى الفانيليا (ص ٦٨٣) ، جيلاتى الشيكولاتة (ص ٦٨٧) .
- ٢ - جيلاتى الفانيليا بالموز (ص ٦٨٤) . جيلاتى الشيكوة (ص ٦٧٨) .
- ٣ - جيلاتى الفراولا (ص ٦٨٣) ، جيلاتى الفانيليا الممزوج بالفواكه المسكرة (ص ٦٨٣)
- ٤ - جيلاتى القهوة (ص ٦٨٨) ، جيلاتى الفانيليا (ص ٦٨٣) ممزوجة بالفواكه المسكرة .
- ٥ - جيلاتى فراولة (ص ٦٨٤) جيلاتى قهوة (ص ٦٨٨) ، جيلاتى فانيليا (ص ٦٨٣) .

السوفلية المثلج

سوفليه الشيكولاتة

المقادير :

٤ بيضات ، ٥٠ جرام شيكولاتة
١ كيلو كريمة مخفوقة

١ مقدار ألماسية ليمون (صفحة ٦٦١)
ملعقة حلو سكر ناعم ، قليل من الفانيليا

الطريقة :

- ١ - يخفق مع البيض والسكر على ماء ساخن (يوضع الاناء في حلة بها ماء مغلي) حتى يغلظ الخليط . تذاب الشيكولاته في قليل من الماء أو اللبن وتضاف لخليط البيض .
- ٢ - يبرد الخليط ويضاف إليه الألبان الباردة السائلة والكرème المخفوقة .
- ٣ - يخفق بياض البيض حتى يجمد تماماً وتضاف إليه الفانيليا ويقرب بخفة مع الخليط السابق . يصب في قالب السوفليه الخاص المعد (ينظر صفحة ٤٣٥) .
- ٤ - يوضع القالب في إناء وحوله الثلج ويترك حتى يجمد (حوالى ساعتين) .
- ٥ - تنزع الورقة الموضوعه حول قالب السوفليه ويقدم في قالب السوفليه نفسه .

سوفليه القهوة

المقادير :

٧ بيضات	٢ ملعقة كبيرة قهوة مركزة مصفاة
بياض ٣ بيضات	ملعقة كبيرة روح قهوة
٢ ملعقة كبيرة شراب سكرى (ص ٦٧٩)	$\frac{1}{4}$ كيلو كريمة مخفوقة

الطريقة :

- ١ - يخفق البيض والشراب والقهوة على ماء ساخن كالسابق حتى يغلظ الخليط .
- ٢ - يتم كسوفليه الشيكولاته السابق وتنزع الورقة من حول القالب .
- ٣ - يحمل السطح بالكرème المخفوقة .

المشروبات المنبهة

الشاي - البن - الكاكاو

الشاي والقهوة من المواد ذات القيمة الغذائية نظراً لتأثيرهما المنبه في المجموع العصبي المركزي أما السكاكا فإنه يحتوي على مواد غذائية علاوة على مادة المنبهة الخفيفة .
المواد الأساسية بكل :

الشاي : ثاين ، ثاينين . زيت طيار .

القهوة : كافين . ثاينين . زيت طيار .

الطيار : ثيرونين . مادة دهنية . مادة كربوهيدراتية .

ويتناول الإنسان سائل منقوع الشاي والقهوة لتأثيرهما المنبه في الجسم ، وهذا راجع لوجود مادة الثاينين في الشاي والكافين في القهوة ، أما رائحتهما المعينة فتسبب لوجود زيت طيار خاص بكل وهو أيضاً منبه ، ومادة الثاينين التي بالشاي والقهوة قابضة إلا أنها في الشاي أقوى منها في القهوة ، وكلما استمرت أوراق الشاي في الماء تزايدت نسبة الثاينين المنقوع وتحول إلى حامض التانيك وأدى إلى مرارة المنقوع وحامض التانيك مهيئ للغشاء المخاطي المبطن للمعدة وهو يؤدي إلى عسر الهضم ، إذ يزيد في تجدد المادة الزلالية التي سبق تجردها بالحرارة ، وكذلك يؤثر في هضم الشاي .

تأثير المواد المنبهة في الجسم :

١ - إنعاش الفكر ومحو الرغبة في النوم أحياناً والمساعدة على حسر الفكر .

٢ - تنبيه الجهاز التنفسي خصوصاً بعد الإغماء .

٣ - تنشيط الكلى فيزيد إفراز البول . ويريل بعض الآلام كالصداع والمغص الخ

الشاي

الشاي معروف في موطنه الأصلي الصين واليابان والهند وسيلان من زمن قديم . ولكنه لم يعرف في أوروبا إلا منذ ٢٥٠ سنة تقريباً وبقى نادر الاستعمال مدة طويلة ، ثم انتشر استهلاكه بكثرة وخصوصاً في بريطانيا العظمى .

وصف النبات : نبات له ساق طويلة وأوراق مستننة صغيرة وهو مستديم الأوراق دائم الخضرة زهرته بيضاء اللون على بتلاتها خيوط صفراء ، وهو نبات معمر ولا يجنى (تقطف

الأوراق) إلا بعد السنة الثالثة من عمر الشجرة ، ويجنى عادة ثلاث مرات في السنة في أوقات النمو الحضري ، أى في الربيع ، والصيف ، وأوائل الخريف ، وليست شجرة الشاي نوعاً واحداً بل هي عدة أنواع على حسب البلاد التى تنمو بها ، تيا الصين ، ، تيا أسام ، وغيرها كثير ، ولعل هذا هو أحد الأسباب في اختلاف طعم ونكهة منقوع الشاي .

الأوراق : وتنقسم شجيرة الشاي إلى درجات في الجودة على حسب حجم الورقة ، فالأوراق الصغيرة التى توجد في برعم الفرع تنتج أجود أنواع الشاي نكهة ولونا — وكلما كبرت الورقة قلت جودتها لأن أليافها الخشبية تكثر وعصارتها تقل — غير أن هذا التقسيم أصبح من الوجهة التجارية قليل الأهمية .
وتتوقف جودة الشاي على الآتى :

١ — صنف الشجرة والجهة المزروعة فيها ، وعمر الشجرة ، فكلما كبر عمرها قلت جودة أوراقها .

٢ — أجزاء الشجرة ، إذ أن موقع الورقة يعين قيمتها ، فكلما تدرجنا إلى أسفل صاعدنا ورقاً أكبر وأقل عصارة وأكثر أليافاً .

٣ — موسم القطف ، فالقطف الأول أفضل القطفات الثلاث ، أى أن موسم الربيع ينتج لنا أحسن الأنواع .

٤ — طرق تجهيز الورقة للاستعمال .

فاذا أردنا الحصول على أجود نوع من منقوع الشاي نختار أصغر الوريقات في البرعم المقطوعة في أول موسم الشجرة عمرها ثلاث سنوات فقط بعد تجهيزها بالطريقة الصحيحة .

أنواع الشاي : أخضر — أسود .

الشاي الأخضر :

طريقة تحضيره : تقطف الأوراق النظرة وتجفف بسرعة عقب قطفها في درجة حرارة ١٦٠ فهرنهايت لاستخراج الرطوبة ، وهذه الطريقة تحفظ لونها الأخضر .

الشاي الأسود : تترك الأوراق لتيزبل ثم تلف بطريقة خاصة تجعلها تساعد على تكسير الألياف وخلاياها . فيسهل استخراج محتويات الورقة فيما بعد — أى في عمل منقوع الشاي تترك أكروا مدة ١٢ ساعة في الشمس والهواء فتؤثر فيها بعض البخار وتؤكسدها ، ثم

تؤخذ هذه الأوراق وتجفف تماماً في الأفران وحينئذ يزول لونها الأخضر وتصير سوداء ، وفي خلال ذلك يتأكسد بعض من التانين وتظهر الزيوت الطيارة ، والفرق بين الشاي الأخضر والأسود أن الأخير مخمر وأن تخمرة هذا يقلل من ذوبان حامض التانين في المنقوع ولهذا السبب شاع استعمال الشاي الأسود .

تحليل الشاي : ترجع الخواص المنبهة لمنقوع الشاي إلى وجود مادة التانين ، وهي المادة التي تسبب الشاي طعمه القابض . وتختلف كمية التانين في الشاي على حسب مصدره . . .
جدول يبين تركيب الشاي الأخضر والأسود

المادة	الشاي الأسود	الشاي الأخضر
كافين (تانين)	٣ر٢٤	٢ر٢٣
تانين	١٦ر٤	٢٧ر١٤
ماء	٨ر٤	٦ر٩٦
البومين غير قابل للذوبان	١٧ر٤	١٦ر٨٣
البومين قابل للذوبان	٧ر	٨ر
دكترين	-	٥ر
البكتين وحامضة	٢ر٦	٣ر٢٢
سليولوز	٣٤	٢٠ر٩
مادة معدنية	٦ر٢٧	٦ر٠٧
مادة كحولية	٦ر٧٩	٧ر٠٥
مادة الكلوروفيل	٤ر٦	٤ر٢

غشى الشاي : يغشى الشاي بإضافة الأوراق التي سبق استعمالها وبإضافة مواد أخرى تحتوي على التانين مثل الكيتشو Catechu وتضاف مواد أخرى مثل بيكربونات الصوديوم للحصول على منقوع أدكن ، ويضاف أيضاً قشر الفول السوداني وبعض أوراق نباتات تشبه الشاي .

عمل منقوع الشاي :

١ - الماء : (١) يجب ألا يكون الماء عسراً لأن الأملاح تتفاعل مع عناصر الشاي

(٢) يجب ألا يكون الماء مقطراً (تام البقاء) لأن هذه القفاوة تساعد على استخراج مادة مرة من الشاي

(٣) لا يصلح أن يغلى الماء مدة طويلة لأن هذا يطرد فقائيع الهواء المذابة في الماء ، بل إما أن يكون على وشك الغليان أو في ابتداء الغليان ، لأن الهواء المذاب في الماء يساعد على تحسين طعم الشاي .

٢ - أريق الشاي المستعمل : (١) يجب أن يكون تام النظافة ، فيغسل عقب استعماله ويشطف ويجفف ويترك مفتوحاً ليدخله الهواء .

(٢) يجب أن يكون الأبريق مسخناً حتى لا ينخفض درجة حرارة الماء

٣ - مقادير الشاي المستعمل : تختلف المقادير تبعاً لذوق الشارب وهي في المتوسط ملعقة شاي لكل فنجان شاي كبير رطل . وقد تقل هذه النسبة إذا كثر عدد الشاربين فتصل لحوالى نصف ملعقة .

طريقة عمل الشاي :

١ - يستخن الأبريق المعد لعمل الشاي بصب كمية من الماء المغلى فيه ثم إلقاؤها .

٢ - يوضع القدر المعين من الشاي ويصب فوقه الماء حال وصوله الدرجة الغليان مباشرة

٣ - يترك من ٣-٥ دقائق تبعاً لنوع الشاي المستعمل وهذه المدة كافية لاستخراج معظم الكافيين والزيوت الطيارة (التي تكسب الشاي طعمه ونكهته) ، وقليل من التانين .

٤ - يستعمل الشاي بعد مضي المدة المقررة لنقعه أو يصب في إبريق آخر مسخن بدون الأوراق لحين استعماله ، وهذا يمنع ازدياد كمية التانين التي تؤدي إلى مرارة طعم الشاي .

المنفوع الأسود : يطلق على الشاي المغلى مدة طويلة ، ويشربه الفلاحون والبرابرة ، ويستعملون لذلك الشاي الناعم - وهنا يلعب التجار دوراً في غش الشاي - فيجففون الأوراق المستعملة ويفركونها ويضيفون إليها بيكربونات الصوديوم للحصول على التانين واللون الغامق ، والمنفوع الأسود مضر جداً بالصحة ، ولا سيما إذا شرب بعد الأكل مباشرة لأنه يسبب المواد الهروئينية في المعدة وبذا يسبب عسر هضم . ويمكن إجراء تجربة على ذلك بأن تنوب كمية من الجيلاتين وتضع عليها مقداراً من المنفوع الأسود فيحدث راسب

وخلط الشاي بالليمون أو اللبن أو بالكريمة أو أى مادة زلالية مفيد جداً ، لأن البروتين الذى فى هذه العناصر يكون مع التافين مركباً غير قابل للذوبان ، وبذا تتحاشى ضرره ، ولذا يستحب أخذ المنقوع مضافاً إليه شيئاً ما ذكر - وليس للسكر تأثير فى الشاي ، إلا أنه غذاء فى حد ذاته .

فوائد الشاي واستعماله : يرجع تأثير الشاي إلى السكاكين والتافين والزيوت الطيارة .

١ - **طابيا :** (١) يلبه ويعطى فى حالات الإغماء .

(٢) يستعمل كمعدات العين .

(٣) يستعمل غرغرة مع الليمون فى حالة التهاب اللوزتين .

(٤) يخفف من حدة الإسهال خصوصاً إذا كان أذكن .

٢ - **ضربيا :** (١) يستعمل فى الإفطار ليفتح الشهية ويدفع الجسم فى الشتاء ويمنع العطش فى الصيف .

(٢) فى حفلات الشاي وتسمى الحفلات باسمه فهو عمادها .

(٣) وفى عمل صبغات الملابس .

البين

البين هو بذرة شجرة موطنها الأصل فى بلاد اليمن والحبشة ، ثم أدخلت زارعتها فى المناطق الحارة الرطبة ، مثل الهند الشرقية والغربية والبرازيل ، ويقدر الآن محصول البرازيل بنصف إنتاج العالم وتليها سيلان وجاوة ، والهند الغربية - والبين قديماً عرف عن طريق المصادفة ، ويقال إن راعياً شاهد غنمه تلشظ وتمرح كثيراً إذا ما أكلت من هذه الشجرة فأراد أن يطبق على نفسه تأثير هذه البذور ومن ثم بدأ انتشارها .

محبوب البين : وثمرة البين عبارة عن عنبه بداخلها بذرة أو بذرتان ، وتحاط كل بذرة بمادة لحمية . ويوجد حول كل بذرة غشاء رقيق شفاف وتحت البذرة ، وهى ذات لون أخضر والشجرة تذيب ثلاث رات فى السنة .

تنزع بذور البين من علبتها ، إما بآلة خاصة وإما أن تترك لتجف وحدها . فتتفصل البذرة عنها ، وعند تصدير البين يبخر لقتل الجنين حتى لا تستبث فى الخارج . ويمكن تمييز البين البرازيلى من اليمنى بأن الأول معروف والثانى مفلطح .

عناصر البن

المادة	البن الأخضر	البن المحمص
	النسبة المئوية	النسبة المئوية
كافين	١.٠٨	٠.٨٢
سكرين	٩.٥٥	٠.١٣
حامض القهوة	٨.٤٦	٤.٧٤
تروجين ومواد ملونة	٦.٩	١٤.١٤
زيوت طيارة	١٢.٦٠	١٣.٥٩
ليجيومين	٩.٨٧	١١.٢٣
دكسترين	٨.٧	١.٢٤
سليولوز	٣٧.٩٥	٤٨.٦٢
رماد	٣.٧٤	٤.٥٦
ماء	٨.٩٨	٠.٦٣

تمهيد القهوة : تحميص البن ، ويتوقف نوع القهوة على طريقة تحميصه ، وعند التحميص تفقد البذور ١٥ - ٢٥ ٪ من وزنها - وكلما زدنا تحميصاً زاد نقصه . ويتحول السكر إلى كرامل ، - هنا تتحول البذور إلى مادة هشة يمكن طحنها . وعند التحميص تتكون نكهة القهوة بحيث إذا زاد التحميص أو نقص عن الحد المعين فقد البن قيمته : ويضاف للبن الحبان والمصطكي وجوزة الطيب على حسب الرغبة .

غش القهوة : تغش بإضافة حبوب الشيكوريا إليها ، ولا ضرر فيها من الوجهة الصحية والبعض يفضل مغلي هذا المزيج (فرنساوى) ، ويمكن التمييز بين حبوب الصنفين بوضعهما في الماء فتطفو حبوب القهوة وترسب الشيكوريا .

٢ - وتغش أيضاً بإضافة القمح أو الفول السودانى الخ .

طرق عمل القهوة : أحسن قهوة هى التى تعمل من بن محمص ومطحون حديثاً جداً . وأنواعها هى :

١ - القهوة التركية . ٢ - القهوة العربية أو السودانية . ٣ - القهوة الفرنسية .

مواص البن : من خواص البن أنه إذا ترك معرضاً للهواء فإنه يفسد ، والبن المطحون يمتص رائحة المادة المجاورة مثل الفلفل والشطة ، ولذلك يجب حفظه بعيداً عن المواد الأخرى في علب محكمة الإقفال ، والبن الأخضر يتحسن بالحفظ كلما قدم .

إذا أضيف للقهوة اللبن بنسبة ١ : ٣ كان الشراب غذاء طيباً ، ولذلك يستحسن إعطاؤه للأطفال

استعمال الفرة وفوائدها :

١ - منبهة ، لوجود الكافين ، وتقدم دائماً لتعوية الضيف .

٢ - تضاف لبعض أصناف الطهي لتكسيها طعماً لذيذاً ونكهة خاصة .

٢ - تستعمل صبغة للملابس الرقيقة .

الكاكاو

تاريخه : أدخل الكاكاو في أوروبا والذي أدخله هو الرحالة كريستوف كولمبس في أول القرن السادس عشر ، غير أنه لم ينتشر فيها مثل الشاي أو القهوة إلا متأخراً ، حيث تعدد استعماله وتشعبت فوائده .

وشجرة الكاكاو تبلغ سبعة أمتار طولاً ، وتزرع في البرازيل والمكسيك والهند الغربية وسيلان ، وتزهر باستمرار وتنتج محصولين في العام وثمرات الكاكاو تبلغ ١٧ سم طولاً ، وتشبه ثمرة الخيار الكبير ولونها أصفر : وتوجد البذور مرصعة داخل الثمرة وسط مادة لحية .

تجهيزه : تفصل البذور عن الثمرة وتترك الجيوب في أكوام بضعة أيام فتؤثر فيها بعض الحماز وتزيل جزءاً من المادة الحامضية والمادة المرة التي في البذور ثم تغرز بعناية تامة ثم يحمص في أسطوانات دائمة التحرك على نار هادئة ، وبهذه الوسيلة تحصل على الطعم المعروف به الكاكاو ، وتفصل القشرة الرقيقة الملتصقة بالحبوب . بعد ذلك بطحن الجيوب ، ويستعملان على ذلك بإضافة النشا والسكر لتساعد على الطحن ناعماً والكاكاو ويحتوى على حوالى ٥٠٪ من وزنه مادة دهنية ، وتسمى زبدة الكاكاو ، وهى كثير الاستعمال في الطبخ ، وتحتوى أيضاً على مادة فعالة تسمى ثيبرومين ، وهى شبه الكافين في تأثيرها للأعصاب ، ولها تأثير

مفيد في السكى ، وبه أيضاً كمية من الزلال والسلبولوز
زبد السكاو : تستعمل في عمل الكريمات وأدوات الزينة وأحمر الشفة والحدود فترطب
الجلد وتمنع القشف والتجاعيد . وتدخل زبد السكاو في عمل مرامم طبية كثيرة .
الشيكولاتة : تعمل من السكاو المطحون بدون نزع زبد السكاو منه : ويخاط بالسكر
الأبيض والنشا والنكهة المعينة وأهمها الفانيليا . والأنواع الرخيصة تعمل من حبوب السكاو
الغير المتخمر ، ولذا كان لها طعم مر ، والنوع الجيد من الشيكولاتة سهل الذوبان في الفم ،
خال من المادة القابضة .

المشروبات المنبهة

الشاي

المقادير : ملعقة صغيرة من الشاي لكل فنجان شاي كبير ، وتقل هذه النسبة إذا زاد
المقدار فيصل مقدار الشاي إلى $\frac{1}{4}$ ملعقة .

طريقة عمل الشاي : (ينظر ص ٦٩٧) ويقدم معه السكر واللبن ، أو السكر وحلقات الليمون

الشاي بالنعناع

المقادير وطريقة العمل : يعمل كالسابق ، بإضافة مقدار من النعناع الجاف ، أو بضع أوراق
من النعناع الأخضر ، ويختلف مقدار النعناع المستعمل تبعاً للذوق . يقدم الشاي بالنعناع
كأمر ، وقد يضاف إليه قليل من عصير الليمون .

الشاي المشلج

الطريقة :

١ - يعمل الشاي وترداد تحليته بالسكر ويترك حتى يبرد ثم يثلج تماماً .

٢ - يقدم في أكواب زجاجية مع حلقات الليمون .

الشاي باللبن

المقادير : ملعقة شاي صغيرة ، $\frac{1}{4}$ كيلو لبن .

الطريقة :

١ - يعمل الشاي كالسابق ، باستعمال اللبن بدلا من الماء .

٢ - يترك مدة دقيقة ثم يصفى ويقدم .

ملحوظة : يقدم عادة للرضى والناقين .

القهوة التركية

المقادير : ملء كوب ماء ، ملء ٢ : ٣ ملاعق صغيرة بن مطحون ، سكر للتجاية ، وقد يستغنى عنه .

الطريقة :

١ - يذفأ الماء ويضاف إليه السكر ثم اللبن ، ويقلب وتترك على نار هادئة حتى تغلي .

٢ - تترك قليلا ثم تصب في الفناجين المعدة

القهوة على الطريقة الأوربية (رقم ١)

المقادير : ٣٠ جرام بن مطحون ، $\frac{1}{4}$ لتر ماء مغلي . (فنجان شاي كبير)

الطريقة :

١ - يغلي الماء ويصب على البن المطحون في أبريق .

٢ - يوضع الأبريق على نار هادئة جداً مدة ١٠ دقائق .

٣ - تصفى القهوة بشاشة وتوضع في أبريق ساخن .

٤ - تقدم ساخنة ومعها اللبن المغلي الساخن في أبريق آخر ، ويقدم السكر على حدة .

القهوة على الطريقة الأوربية (رقم ٢)

المقادير :

٤ ملاعق شاي بن مطحون

ملء كوب ماء بارد

الطريقة :

- ١ - يضاف الماء البارد للبن ويوضع على نار هادئة حتى يصل لدرجة الغليان ثم يغلى مدة دقيقة . تقلب القهوة بقوة مرة أو مرتين وتترك مدة دقيقة .
- ٢ - تصفى من مصفاة ضيقة الثقوب وتقدم مع كمية مساوية لها من اللبن المخلى .
القهوة على الطريقة الأروبية (رقم ٣)
كمقادير القهوة الأروبية (رقم ٢) .

الطريقة :

- ١ - يوضع البن فى أبريق ساخن ويصب عليه الماء المخلى ويقلب جيداً بملعقة .
- ٢ - يغطى الأبريق بغطاء محكم ويوضع على حمام مائى مدة ١٠ دقائق .
- ٣ - تصفى بشاشة فى أبريق ساخن وتقدم ساخنة ومعها مقدار من اللبن المخلى مساو لها تقريباً .

القهوة المثلجة

المقادير :

مقدار من قهوة أروبية باردة رقم ١	ملعقة كريمة كبيرة
سكر للتحلية ، فنجان شاي لبن	ملعقة كريمة مخفوقة قليلاً للتقديم

الطريقة :

- تضاف المقادير بعضها لبعض عدا السكرية المخفوقة وتحلى بالسكر وتقلب جيداً ، وتثلج تماماً .
- ٢ - تقدم فى كوب زجاجى وعلى سطحها السكرية المخفوقة قليلاً .
الكافو (رقم ١)

المقادير : ملعقة شاي كافو ، سكر للتحلية ، فنجان شاي لبن .

الطريقة : يمزج الكافو بقليل من اللبن البارد . يغلى باقى اللبن ويضاف للكافو ويقلب جيداً .

الكافو (رقم ٢)

المقادير : ملعقة شاي كافو ، سكر للتحلية ، $\frac{1}{2}$ فنجان شاي لبن ، $\frac{1}{2}$ فنجان شاي ماء .
الطريقة : كالسابق ويمزج الكافو بقليل من الماء .

الكافو (رقم ٣)

المقادير : ملعقة شاي كافو ، $\frac{1}{2}$ فنجان شاي ماء ، سكر مكثف ولبن مغلي للتقديم .
الطريقة :

١ - يمزج الكافو بقليل من الماء البارد ويغلى باقى الماء ويصب فوق الكافو مع التقليب .

٢ - يعاد الكافو على النار حتى يغلى مدة دقيقتين .

الكافو المشج

المقادير : فنجان كافو محلى ، ملعقة كبيرة من كريمة مخفوقة .

الطريقة : يشج الكافو ويوضع فى كوب زجاجى وعلى سطحه الكريمة المخفوقة قليلا .
الشيكلاتة

المقادير : ٢٠ جرام شيكلاتة ناعمة ، $\frac{1}{2}$ كيلو لبن ، سكر للتحلية .

الطريقة :

١ - تمزج الشيكلاتة بقليل من اللبن ثم يضاف لباقى المقدار .

٢ - يحلى الخليط بالسكر ويوضع على النار حتى يغلى .

الشيكلاتة المتلجة

يشج مقدار من الشيكلاتة الباردة السابقة ويقدم فى كوب زجاجى بعد وضع مقدار من الكريمة المخفوقة قليلا على السطح .

الأوفالتين

المقادير : ملعقة كبيرة من الأوفالتين ، $\frac{1}{4}$ كيلو لبن ساخن .

الطريقة : يضاف الأوفالتين للبن الساخن ويقلب حتى يذوب ، يقدم ساخناً أو بارداً

الأوفالتين المثلج

- ١ — يعمل بالطريقة السابقة ثم يترك حتى يبرد .
- ٢ — يخفق جيداً ثم يترك في مكان بارد كالثلاجة ، أو يوضع في إناء وحوله الثلج .
- ٣ — يقدم في كوب وعلى سطحه مقدار ملعقة كبيرة من الكريمة المخفوقة .

الأشربة الشتوية

السحلب

٢ فنجان شاي سائل مكون من : $\frac{1}{4}$ فنجان لبن ، $\frac{1}{4}$ فنجان ماء أو فنجان لبن فنجان ماء	المقادير : حوالى $\frac{1}{4}$ ملعقة شاي سحلب سكر للتجلية لتقديم : قرفة ناعمة ، فستق أو بندق مفروى
---	--

- الطريقة : ١ — يمزج السحلب بقليل من الماء البارد . يغلى باقى السائل ويحلى بالسكر .
- ٢ — يصب السائل المغلى على السحلب الممزوج بالماء مع التقليب الجيد .
- ٣ — يوضع السحلب على النار مع التقليب المستمر حتى يغلى تماماً .
- ٤ — يصب فى الفناجين ويذر على السطح قليل من القرفة أو القرفة والمكسرات القرفة

المقادير : فنجان ماء كبيرة ، $\frac{1}{4}$: ١ : ملعقة شاي قرفة ناعمة ، سكر للتجلية .

الطريقة : ١ — توضع القرفة فى الماء البارد وترفع على النار حتى تغلى ويكتسب الماء نكهتها ثم تحلى بالسكر وتصفى .

٢ — تصب فى فنجان ويذر على سطحها البندق المفروى وتقدم .

القرقة بالزنجبيل

كالقرقة السابقة باستعمال خليط من القرقة والزنجبيل بدلا من القرقة فقط .

المغات

المغات البسيط بالماء

المقادير : فنانجان شاي ماء ، ملء ملعقة شاي مغات ، سكر للتحلية .

الطريقة : يضاف المغات للماء ويقلب جيدا ويحلى بالسكر ويترك على النار حتى يغلي ويغلظ قوامه . يقدم ساخنا .

المغات البسيط باللبن

يعمل كالمغات البسيط باستعمال اللبن بدلا من الماء .

المغات المحمر

المقادير :

ماء (حوالى أربع فناجين)	من ملعقة سمن كبيرة : ملعقتين كبيرتين
١ : ١ ¼ ملعقة معات كبيرة	ملعقة سمس صغيرة ، سكر للتحلية

ملعقة كبيرة من البندق المحمص المفرد غليظاً

الطريقة :

١ - يقدح السمن ويحمر فيه السمس تحميرا خفيفا .

٢ - يقدح المغات ويقلب الجميع على نار هادئة حتى يحمر لون المغات خفيفا ثم يرفع من فوق النار يضاف الماء تدريجيا مع التقليب المستمر ويحلى المغات بالسكر ويوضع على النار حتى يغلي تماما . ويعاد تحليته .

٣ - يصب في الفناجين ويمكن أن يرش على وجه قليل من البندق المحمص المدقوق

المغات المحمر المحفوظ

الطريقة :

٧٥ جرام بندق مدقوق

قليل من الماء

$\frac{1}{4}$ كيلو مغات

$\frac{1}{8}$ كيلو سمن ، ملعقة سمس

- ١ - يقدح السمن ويحمر فيه السمس والبندق ثم المغات .
- ٢ - يضاف مقدار قليل من الماء يكفى لعمل معجون ، ويقاب الخايط جيداً على نار هادئة حتى ينضج . يعبأ في برطمان جاف .

طريقة الاستعمال :

- ١ - يؤخذ لكل فنجان ماء محلى بالسكر ملعقة شاي من معجون المغات .
- ٢ - يغلى الماء ويضاف إليه المغات ويقلب حتى يذوب ، ويترك حتى يغلى مدة دقيقتين .
- ٣ - يصب في فنجان ويقدم كالسابق .

الحلوى الشرقية

الفالودج (بالوظة)

المقادير :

مل ٢ كوب ماء ، ٤ ملاعق كبيرة مسطحة نشا | ١ ١/٢ - ٢ ملعقة كبيرة سكر للتجليه
مكسرات وزيب بناتي للتجميل
قليل من ماء الورد

الطريقة :

- ١ - تذاب النشا في قليل من الماء البارد (حوالي ١/٢ كوب) .
- ٢ - يحلى باقى الماء بالسكر ويغلى على النار .
- ٣ - يضاف الماء المغلى على خليط النشا مع التقليب المستمر .
- ٤ - يعاد الخليط على النار الهادئة حتى يغلى مدة ٣ دقائق مع مراعاة التقليب المستمر .
- ٥ - يضاف ماء الورد ويغرف الفالودج فى الصحون .
- ٦ - يترك ليهدا قليلا ثم تحمل الصحون بالمكسرات والزيب الباقى .

قمر الدين المطبوخ

المقادير : لكل ٢ كوب من قمر الدين المصفى :

٢ ملعقة مسطحة من النشا ، سكر للتجليه | ٣ ملاعق من زيب ومكسرات

المقادير :

- ١ - يقطع قمر الدين وينقع فى الماء مدة لا تقل عن الساعة ثم يصفى ويكيل .
- ٢ - يرفع على النار ويحلى بالسكر ويقلب حتى يذوب السكر ثم يترك حتى يغلى .
- ٣ - يمزج النشا بقليل من الماء البارد ثم يضاف لقمر الدين المغلى مع التقليب الجيد ويترك وهو يغلى ٥ دقائق .
- ٤ - يضاف إليه نصف مقدار المكسرات ويغرف فى صحون ويترك حتى يبرد .

المهلبية

المقادير :

٢٥٥ ملعقة كبيرة أرز مدقوق	٥ ملاعق كبيرة سكر
(٩٠ جرام) فانيليا أو ماء ورد	فستق مفروى وقرقة ناعمة للتجميل

الطريقة :

- ١ - يخلط الأرز بقليل من اللبن البارد .
- ٢ - يحلى باقى اللبن ويغلى على النار ثم يضاف لخليط الأرز مع التقليب .
- ٣ - يعاد الخليط على النار الهادئة مع التقليب حتى ينضج الأرز (حوالى ١٠ دقائق) .
- ٤ - ترفع من على النار وتضاف الفانيليا أو ماء الورد .
- ٥ - تغرف فى الصحون وتترك حتى تبرد قليلاً ثم تحمل بالفستق المفروى أو القرقة الناعمة أو كليهما .

الأرز باللبن

المقادير

سكر للتجلية	١ كيلو لبن
قليل من الفانيليا أو ماء الورد	٣ ملاعق كبيرة مسطحة أرز

الطريقة :

- ١ - ينقى الأرز ويغسل جيداً ثم يغطى بالماء المغلى ويترك مدة ساعة ثم يصب ماء النقع أو يغطى الأرز بالماء ويرفع على النار حتى ينضج نصف نصف
- ٢ - يضاف اللبن للأرز ويرفع على نار هادئة مع التقليب حتى ينضج ثم يحلى وتضاف الفانيليا .
- ٣ - يغرف فى صحن ويحمل باللوز والفستق أو القرقة الناعمة .

قالب الأرز باللبن بالقراصيا

المقادير :

قليل من الفانيليا	مقدار من الأرز باللبن الناضج السابق
كوب من خشاف القراصيا (ص ٢٨٨)	٣ بيضات

الطريقة :

- ١ — يخلط الأرض باللبن الناضج بالبيض المخفوق والفانيليا ويعاد تحليته .
- ٢ — يوضع في قالب مجوف الوسط ومدهون جيداً بالزبد ويضغط على الخليط جيداً
- ٣ — يوضع القالب في صينية بها ماء ويرج في فرن متوسط حتى يجمد .
- ٤ — يترك حتى تهدأ حرارته ثم يقلب في صحن مستدير ويترك حتى يبرد تماماً .
- ٥ — ينزع النوى من القراصيا باحتراس وتوضع في تجويف الأرض ، وقد تجميل بوردادات من الكريمة المخفوقة وقليل من الفستق أو الكريز .

قالب الأرض باللبن بالكريمة

المقادير : كمقادير الأرض بالقراصيا السابق ويستغنى عن القراصيا ويؤخذ مقدار من الكريمة

الطريقة : نصب الكريمة في القالب هي ساخنة ويترك حتى يبرد ثم تدهن جدران القالب

جيداً بالزبد ويوضع به خليط الأرض بالبيض ويتمم كقالب الأرض بالقراصيا

كرات الأرض

المقادير :

١ كيلو أرض ، ١ كيلو لبن .	ملعقتان سكر ، قليل من الفانيليا
بح بيضتين قطعة زبد في حجم البيضة الصغيرة	
بيض وبقسماط للتعطية ، أنجليكا للتجميل	

الطريقة :

- ١ — ينقى الأرض ويغسل جيداً ويطهى في اللبن على نار هادئة جداً حتى ينضج تماماً
- ٢ — يحلى بالسكر ويضاف إليه الزبد والفانيليا ومح البيض .
- ٣ — يعاد على النار حتى يسخن بشرط ألا يغلي .
- ٤ — يوضع الخليط في صحن مبلل ويساوى سطحه ويقسم إلى ٨ أقسام ويترك حتى يبرد
- ٥ — يكرر كل قسم ويفطى بالبيض والبقسماط ثم تحمر الكرات في السمن الغريز
- ٦ — ترفع الكور من السمن وتوضع على ورقة لامتصاص السمن ثم توضع قطعة من الانجليكا على هيئة العنق بوسط كل .

١ — تقدم على صحن مفروش بالدنتيل ، وقد يقدم معها صلصة الليمون (صفحة ٩٢) .

الشراب

تسقى أنواع عدة من الحلوى الشرقية بالشراب الآتى :

المقادير :

ملعقة شاي من عصير الليمون
ماء ورد أو فانيليا

١.٥ كوب سكر
٢ كوب ماء

الطريقة : يذاب السكر فى الماء المغلى على نار هادئة ثم يضاف عصير الليمون وتقوى النار ويترك حتى يعقد قليلا مع نزع الريم كلما ظهر . يرفع من فوق النار ويترك حتى يبرد ويستعمل البقلاوة

المقادير :

٢ ملعقة كبيرة من سكر سنتر فيش
قليل من ماء الورد حوالى $\frac{1}{8}$ كيلو سمن
 $\frac{1}{4}$ مقدار من الشراب السابق

$\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ كيلو جلاش طازج
مقدار من مكسرات مفرية غليظا حسب الرغبة
(بندق أو جوز أو فستق أو لوز)

الطريقة :

- ١ - تدهن صينية قطرها ١٠ بوصات بالسمن السائل دهناً جيداً .
- ٢ - يقطع رقائق الجلاش مستديراً باتساع الصينية .
- ٣ - يوضع نصف عدد الرقاق بالصينية المدهونة واحدة فواحدة مع رش قليل جداً من السمن السائل بين كل طبقة وأخرى .
- ٤ - توزع القصاصات الزائدة من المستدير فوق هذه الطبقة بالنسأوى .
- ٥ - تخلط المكسرات المفرية بالسكر وقليل من ماء الورد وتفرى فوق الرقاق وفى البقلاوة بالفستق يستغنى عن السكر وماء الورد .
- ٦ - يغطى الحشو بباقي عدد الرقاق وبنفس الطريقة .
- ٧ - تقطع صينية البقلاوة بالسكين لقطع معينة الشكل تعرف بالسامبوسكة .
- ٨ - يسخن السمن ويصب على السطح وتترك الصينية مدة ١ ساعة ثم تخرج فى فرن متوسط الحرارة حتى يصفر لونها وتضعج . تسقى بالشراب البارد وتترك حتى تبرد تماماً وتقدم .

المقادير :

١ كيلو جلاش طازج ، ١ كيلو سمن
مقدار من الشراب (صفحة ٧١١)
١ كيلو مكسرات مفرية أو مدقوقة
٣ ملاعق سكر سنتر فيش ، ماء ورد

الطريقة :

- ١ - يقطع رفاق الجلاش قطعاً مستطيلة عرضها ٣ بوصات .
- ٢ - يوضع مقدار من الحشو على طرف كل قطعة وتلف كالإصبع وتكرر العملية حتى ينتهى المقدار . تدهن الأصابع جيداً بالسمن السائح وتوضع فى صينية مدهونة بالسمن
- ٣ - تنخبز فى فرن متوسط الحرارة حتى تنضج . تعمس فى الشراب البارد ، وترفع منه وتصفى ، وتجمل بالفسق وتترك حتى تبرد ، ثم تقدم .

صينية الجلاش الجاف

المقادير :

١ كيلو جلاش جاف ٣ ملاعق كبيرة سمن
١ كيلو لبن ، ٤ بيضات
ملعقة كبيرة من السكر الناعم
قليل من الفانيليا ٣ ملاعق سكر سنتر فيش
مقدار من مكسرات مفرية وزبيب
١ مقدار شراب (صفحة ٧١١)

الطريقة :

- ١ - يخفق البيض خفيفاً . ويضاف إليه اللبن والسكر والفانيليا ويقلب الخليط حتى يذوب السكر ثم يصفى .
- ٢ - توضع رفاقة من الجلاش فى صينية مدهونة بالسمن دهناً جيداً ، ثم تبل رفاقة أخرى فى خليط اللبن وترفع بسرعة وتوضع فى الصينية وترش بقليل من السمن وتكرر العملية حتى ينتهى نصف مقدار الجلاش .
- ٣ - تخلط مقادير الحشو بعضها ببعض وتوزع بالتساوى فى الصينية .
- ٤ - يوضع العدد الباقى من رفاق الجلاش بنفس الطريقة (يبل فى خليط اللبن ثم يرش بالسمن) يصب باقى السمن على الوجه ، وترج فى الصينية فى فرن متوسط الحرارة حتى تنضج ويحمر لونها نوعاً .
- ٥ - تقطع باحتراس وتسقى بالشراب البارد حتى تبرد وتقدم .

أصابع الجلاش الجاف

المقادير : كمقادير صيلية الجلاش السابقة .

الطريقة :

- ١ - يبل رقائق الجلاش واحدة فواحدة في خليط اللبن ، ويرفع بسرعة ثم يقطع قطع مناسبة ويحشى بالمكسرات وتلف على هيئة الإصبع . تكرر العملية حتى ينتهى المقدار .
- ٢ - ترص الأصابع في صيلية مدهونة جيداً بالسمن وتدهن بالسمن السائح وتزج في فرن متوسط الحرارة حتى يحمر لونها .

- ٣ - ترفع من الصيلية وتسقى بالشراب البارد وترفع منه وتصفى وتجمل بالفستق المفرد
- ٤ - تترك حتى تبرد وترص في صحن بنظام وتقدم .

القطايف

المقادير :

الحشو	حوالى ٨ ك مكسرات مفرية غليظا ملعقة كبيرة من سكر سنتر فيش ملعقتان كبيرتان من الزبيب البناتى	١ كيلو قطايف صغيرة ١ مقدار من شراب (٧١١) سمن للتحمير ماء ورد
-------	--	--

الطريقة :

- ١ - تخلط مقادير الحشو بعضها ببعض ويضاف إليها ماء ورد .
- ٢ - يوضع جزء من الحشو على القطايف وتطوى نصفين ويضغط على الطرفين ليانصفا أو توضع كل دائرتين معاً إذا كانت القطايف من النوع الصغير جداً .
- ٣ - تحمر في السمن المقدوح وتلش منه وتوضع في الشراب البارد وترفع منه بسرعة
- ٤ - تجمل برشها بالفستق أو البندق المفرد وتقدم ساخنة أو باردة .

أصابع الكثافة في الفرن

المقادير :

الحشو	١ - ١ كيلو مكسرات مفرية (نوع واحد أو أكثر) ملعقة سكر ، فانيليا أو ماء ورد	١ كيلو كثافة طازجة ٤ - ٦ ملاعق سمن ١ مقدار شراب برائحة الفانيليا (ص ١٧١)
-------	---	--

الطريقة:

- ١ - يجهز الحشو بخلط المسكرات مع السكر وماء الورد أو الفانيليا .
- ٢ - تؤخذ خصلة من الكنافة وتفرّد على المنضدة وتساوى (يغطى باقى المقدار لكي لا يجف) .
- ٣ - يوضع مقدار ملعقة من الحشو على طرف الخصلة المفرودة ويلف كالإصبع ثم يقطع لفصله عن باقى الخصلة ويوضع فى صينية مدهونة جيداً بالسمن بشرط أن يلامس الطرف المقطوع قاع الصينية (يلاحظ تغذية الخصلة أثناء العمل بشاشة مبللة ومعصورة)
- ٤ - تكرر العملية حتى تنتهى الخصلة وترص الأصابع فى الصينية بجوار بعضها تماماً
- ٥ - تكرر العملية مع خصلة أخرى وهكذا حتى ينتهى المقدار .
- ٦ - يقدح مقدار السمن ويرش على الأصابع وترج الصينية فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر لونها .

- ٧ - ترص الأصابع على مصفاة لتصفية السمن ثم ترش بقليل من الماء الساخن ويهز المصفاة للتخلص من الماء بسرعة ، تسقى الأصابع بالشراب المعد البارد وتترك حتى تبرد .
- ٨ - تقدم كما هى أو تحمل بالفستق أو بورودات من الكريمة .

أصابع الكنافة المحمرة

المقادير والطريقة : كالسابقة ، غير أن الأصابع تحمر فى السمن البسيط أو الغزير .
الكنافة الملفوفة

- المقادير : كيلو كنافة برمة ناعمة (تعمل بالطلب خصيصاً لهذا النوع) .
- ١ - ١/٢ كيلو فستق محمص خفيفاً ومقرى غليظاً للحشو .
- مقدار من الشراب برائحة ماء ورد (صفحة ١١) ١/٤ - ١/٢ كيلو سمن .

الطريقة :

- ١ - تؤخذ خصلة من الكنافة وتفرّد على منضدة وترتب ويساوى سمكها تماماً .
- ٢ - توضع طبقة مرتفعة نوعاً من الحشو بوسط الخصلة .
- ٣ - تثبت اليد اليسرى على طرف الخصلة الأيسر ويبدأ بلف الخصلة باحتراس باللف

من الطرف الايمن باليد اليمنى ، مع ملاحظة عدم تحريك اليد اليسرى بتاتاً حتى يتم لف الخصلة .

٤ - تلف الخصلة الملفوفة حول بعضها باليد اليمنى وتوضع بوسط صينية مدهونة جيداً بالسمن (قطر الصينية حوالى ٤٠ سم) .

٥ - تكرر العملية مع خصلة أخرى وتلف حول الخصلة الأولى الملفوفة ، وهكذا حتى ينتهى المقدار وتمتلئ الصينية .

٦ - يسبح مقدار السمن ويصب على الكثافة وتزج في فرن متوسط الحرارة حتى يحمر لونها يصفى السمن من الصينية وتسقى بالشراب البارد وتترك حتى تبرد تماماً .
٧ - تقطع إلى أصابع وتقدم .

صينية الكثافة (رقم ١)

المقادير :

المكونات {	$\frac{1}{8}$ كيلو مكسرات وزيب	$\frac{1}{4}$ كيلو كثافة ، ٤ ملاعق سمن
	ملعقة سكر ، ماء ورد أو فانيليا	$\frac{1}{4}$ كوب ماء مغلى
	ملعقة كبيرة فستق مفرى للتجميل	$\frac{1}{2}$ مقدار من الشراب (صفحة ٧١١)

الطريقة :

- ١ - يجهز الحشو بخلاط مقاديره بعضها ببعض .
- ٢ - تعرض الكثافة للهواء حتى تجف نوعاً ثم توضع في صينية أو طاسة .
- ٣ - يقدح السمن ويصب فوق الكثافة وتزج في فرن هادى حتى يحمر لونها — أو تطهى على النار الهادئة مع التقليب حتى يحمر لونها .
- ٤ - توضع على مصفاة لتصفية السمن ، ثم ترش بمقدار الماء المغلى ($\frac{1}{4}$ كوب) وترفع المصفاة وتهز للتخلص من الماء بسرعة . تسقى بالشراب البارد وتترك حتى تبرد
- ٥ - يرش قاع صينية قطرها ٢٢ - ٢٥ سم م الفستق المفرى ويوضع فوق الفستق طبقة من الكثافة ($\frac{1}{4}$ المقدار) وفوقها الحشو ثم باقى الكثافة .
- ٦ - يضغط على سطح الصينية باليد ثم تقاب في صحن مستدير وتقدم .

صينية الكثافة بالقشدة

المقادير : كمقادير صينية الكثافة رقم ١ ، ويستبدل الحشو بمقدار من القشدة ،

الطريقة : كالسابقة على أن تكون الكثافة باردة تماماً عند تشكيلها في الصينية وتوضع القشدة بدلاً من المكسرات .

صينية الكثافة (رقم ٢)

المقايير : كمقايير صينية الكثافة (رقم ١) ، باستعمال $\frac{1}{4}$ كوب من الماء الساخن بدلاً من : نصف كوب .

الطريقة :

١ - تفكك الكثافة وتوضع في حلة وترش بملعقة من السمن وتقلب قليلاً على النار ثم تفكك ثانياً باليد .
٢ - يفرّد نصف مقدار الكثافة في صينية على هيئة طبقة ، ثم يوضع الحشو ثم باقي الكثافة .

٣ - يقدح السمن ويصب فوق الكثافة وتطهى على نار هادئة مع تحريك الصينية طول الوقت حتى يحمر القاع والجوانب .

٤ - يصفى السمن وتقلب الصينية باحتراس على الوجه الآخر ويصب فوقها السمن وتطهى على نار هادئة حتى يحمر الوجه الآخر . (قد تطهى هذه الصينية في الفرن) .

٥ - يصفى من فوقها السمن وترش بقليل من الماء الساخن ($\frac{1}{4}$ كوب)

٦ - تسقى بالشراب البارد برائحة الفانيليا أو ماء الورد وتترك حتى تبرد .

٧ - تقلب في صحن مستدير ويحمل سطحها بالفتق المفري .

صينية الكثافة (رقم ٣)

الطريقة : كمقدار صينية الكثافة رقم ١ (صفحة ٧١٥) ويستغنى عن مقدار الماء .

المقايير :

١ - تفكك الكثافة وتقطع بالسكين قطعاً صغيرة وتخلط بنصف مقدار السمن الساخن
٢ - يفرّد نصف مقدار الكثافة في صينية مدهونة على هيئة طبقة متساوية ثم يوضع الحشو ثم باقي الكثافة .

- ٣ - يضغط على سطح الصيلية باليد ضغطاً جيداً ويرش باقى مقدار السمن على السطح
- ٤ - تخبز فى فرن متوسط الحرارة حتى يحمر السطحان .
- ٥ - تسقى بالشراب البارد وترك حتى تبرد ثم تقلىب وتجعل بالفستق المفروى أو بالكريمة عيش السرايا

المقادير والطريقة :

- ١ - يشتوى رغيف من عيش الإلكيك القطناف (مستدير بسطحة العلوى حفر) ، ويجب أن يكون غير طازج حتى يسهل تقشيريه وتقطيعه .
 - ٢ - يقشر السطحان العلوى والسفلى للرغيف كذا الجوانب باحتراس لنزع القشرة الصلبة . يقطع الرغيف على هيئة أقراص أو دوائر رفيعة ويكون القطع بسكين حاد كبير أو سكين خبز مشرشر ويبتج الرغيف أربع مستديرات رفيعة نوعاً أو ثلاث مستديرات ثخينة نوعاً .
 - ٣ - يعمل شراب من ٥ أكواب من الماء وكيلو سكر وملعقة من عصير الليمون . ويترك على النار حتى يعقد بشرط ألا يكون ثخيناً جداً .
 - ٤ - يحرق عدد ٥ ملاعق سكر سنتر فيشن مع ٥ ملاعق من الماء وقليل من الليمون حتى يصير لون السائل بنياً محمراً ويعرف بالكريمة . يلون الشراب السابق بالكريمة إلى اللون المرغوب فيه ويضاف إليه قليل من الفانيليا أو ماء الورد (يختبر اللون بوضع شريحة رفيعة من الخبز فى الشراب الملون وتركها مدة ٥ دقائق) .
 - ٥ - يندى قرص خبز الماء البارد قنذية خفيفة ويوضع فى صيلية مستديرة تسعه تماماً .
 - ٦ - يسقى القرص بالشراب وهودافى وترفع الصيلية على النار الهادئة وتحرك على النار باستمرار ويصب مقدار من الشراب على القرص آفاقاً كلما احتاج الأمر حتى يتشرب جيداً بالشراب (حوالى ٤ مغارف) .
 - ٧ - يقلب على صحن مبلل بالماء وتكرر العملية (بند ٥ ، ٦) حتى تنتهى بقية الأقراص ويترك حتى يبرد تماماً ثم يحمل للذوق بالكريمة المخفوقة أو أصابع القشدة والفستق المفروى .
- ملحوظة : إذا أريد عمل صحن واحد من عيش السرايا وجب تقليل مقدار السكر المستعمل لعمل الشراب حتى تحفظ النسبة (ينظر بند ٣) .

مربعات عيش السرايا

- ١ - تعمل من رغيف من الخبز الأفرنجى البابت المعروف بالصندوق .
- ٢ - يقطع الخبز شرائح رقيقة نوعاً مربعات ، وتزال الأجواء الصلبة التي تحيط بكل مربع . تندى المربعات بالماء البارد وتتمم كالسابق .
- ٣ - تقدم فى صحن صغيرة وتجميل بوضع إصبع من القشدة بوسط كل . أو بوضع كل مربعين معاً وبوسطها طبقة من القشدة .

بلح الشام

ينظر عجينة الشو (صفحة ٥٥٣) .

لقمة القاضي

المقادير :

- | | | |
|---------------------------------------|--|---|
| ١ كيلو دقيق بلدى جيد النوع | | قليل من عرق الخلاوة المدقوق (ملعقة كبيرة) |
| قطعة من خميرة البيرة فى حجم عين الجمل | | ماء دافى للعجن ، وزيت للتحمير |
| ملعقة شاي من السكر السنترفيش | | شراب بماء الورد (صفحة ٧١١) |

الطريقة :

- ١ - يذاب عرق الخلاوة فى قليل من الماء البارد (حوالى كوب) ثم يصفى .
- ٢ - تدعك الخميرة حتى تسيل ثم يضاف إليها قليل من الماء الدافى .
- ٣ - يدفأ الدقيق ويعمل حفرة بوسطة ويصب بها خليط الخميرة الدفء .
- ٤ - يعجن الدقيق لعجينة لينة نوعاً ، ويدفأ ماء عرق الخلاوة ويستعمل جزء منه إذا احتاج الأمر .
- ٥ - يحرك ماء عرق الخلاوة باليد حتى تتكون رغوة ، ثم تجمع هذه الرغوة ويضاف للعجينة ويخفق جيداً (لتوزيع الخميرة وإدخال كمية من الهواء) ، وتكرر العملية إلى أن يترك العجين الإناء بسهولة . تغطى العجينة وتترك فى مكان دافى حتى تخمر .
- ٦ - تؤخذ قطعة عجين صغيرة باليد اليسرى وتقطع بملعقة شاي مدهونة بالزيت (أو مبللة بالماء البارد قطعاً صغيرة) (حجم البندقة أو المشمشة) .

٧ - تحمر في الزيت الغزير المقدوح تحميرا خفيفا ، ثم تثلث وتوضع على مصفاه وتترك حتى تهدأ حرارتها . يعاد تحمير لقمة القاضى حتى يتورد لونها ، وترفع وتصفى من الزيت وتغمس في الشراب البارد ثم ترفع بسرعة وتقدم .

البسبوسة

شراب	$\frac{1}{4}$ كيلو سكر ، ٢ كوب ماء بضع نقط من عصير الليمون ماء ورد	المقادير : كيلو من دقيق السميطة $\frac{3}{4}$ كيلو سكر سنتر فيش $\frac{1}{4}$ كوب ماء

الطريقة :

١ - يوضع السميطة في إناء ويعمل بوسطه حفرة يوضع بداخلها السكر ثم يصب الماء على السكر ويحرك باليد من الداخل إلى الخارج لحاط السميطة تدريجياً مع السكر وهكذا حتى يمتزج السميطة بالسكر مزجا تاما وحتى تتكون عجينة يابسة نوعا (يلاحظ عدم زيادة ليونة العجينة) .

٢ - تعد صينية كبيرة أو صنيتان قطر الواحدة ٢٠ - ٢٢ سم بدهنها دهنا جيدا (القاع والجوانب) بالسمن المقدوح الساخن البارد وتفردها العجينة وتساوى تماما .

٣ - يدهن وجهها جيدا بالسمن ثم تقطع معينات وتجعل حسب الرغبة أو تترك بدون تجميل وتترك البسبوسة مدة نصف ساعة لتستريح .

٤ - تزعج في فرن متوسط الحرارة وتترك حتى تنضج ويحمر لونها .

٥ - يعمل شراب سكرى من السكر والماء وعصير الليمون وبمجرد الغليان يرفع من فوق النار ويضاف إليه ماء الورد وتبقى به البسبوسة وهو ساخن كذلك البسبوسة تكون ساخنة .

٦ - تزعج البسبوسة ثانية في الفرن لمدة دقيقتين ثم ترفع وتبرد وتستهمل .

الإرميك

٣ - ٤ ملاعق كبيرة زبيب بنانى ٥ ملاعق كبيرة سكر سنتر فيش قليل من ماء الورد أو الفانيليا	المقادير : $\frac{1}{4}$ كيلو دقيق سميد (سامولينا) ٢ - ٣ ملاعق كبيرة سمن ٢ - ٣ ملاعق كبيرة لوز أو صنوبر أو سودانى

الطريقة :

- ١ - يذاب السكر في مقدار الماء ويضاف إليه ماء الورد أو الفانيليا .
- ٢ - يقدح السمن ويحمر فيه السميد (سميط) حتى يصفر لونه فتضاف المكسرات والزبيب وتقلب الجميع ويرفع الإناء من فوق النار .
- ٣ - يضاف الماء المحلى بالسكر تدريجاً للسميد مع التقليب بملقعة خشب .
- ٤ - يعاد الإناء على نار هادئة جداً مع التقليب المستمر حتى يمتص السميد مقدار الماء .
- ٥ - يرفع الإناء من فوق النار ويترك حتى يبرد .
- ٦ - يشكل على حسب الرغبة باستعمال المعلقة أو القوالب .

المعمول الشامى

المقادير :

للحشو	$\frac{1}{2}$ كيلو جوز مفرى غليظاً أوسودانى قليل من ماء الزهر من ١ : $\frac{2}{3}$ كوب سكر ناعم	كيلو سميد بلدى ناعم $\frac{1}{2}$ كيلو سمن ، ماء فاتر للمجن $\frac{1}{2}$: $\frac{1}{4}$ كوب ماء ورد
-------	---	---

الطريقة :

- ١ - ينخل السميد وتعمل حفرة بوسطه .
- ٢ - يقدح السمن ويصب في الحفرة ويقلب بمقصوصة حتى تهدأ حرارته
- ٣ - ييس باليد جيداً ويضاف إليه ماء الورد ، ويخدم جيداً باليد مدة $\frac{1}{2}$ ساعة .
- ٤ - يغطى ويترك مدة لا تقل عن ١٢ ساعة .
- ٥ - يدعك باليد جيداً إلى أن يظهر أثر للسمن ثم يضاف الماء الفاتر تدريجاً .
- ٦ - يجهز الحشو بمخلوط جميع المقادير بعضها ببعض .
- ٧ - تؤخذ قطعة صغيرة من العجين وتكور ، ثم تعمل بها فتحة في الوسط (تقور) حتى تصير رفيعة وتحنى بقليل من الحشو ، وتجمع الأطراف وتساوى على شكل اللوزة أو الكعكة .

٨ - تنقش بمنقاش رفيع وتخبز في فرن هادى مدة ١٥ - دقيقة بشرط ألا يتغير لونه . يترك ليبرد ثم يرش بالسكر الناعم .

صيلة القرع العسلى

المقادير :

١	ملعقة شاي فانيليا أو ملعقة ماء ورد للصلصة	كيلو قرع إستامبولى
٣	ملاعق كبيرة زبيب بناتى	١ كيلو سكر ، ١ كوب ماء
٣	• • • • • من جوز مفرى أو لوز	٣ عدد كوب صلصة بيضاء (ص ٦٤)
١	ملعقتان كبيرتان من سكر سنتر فيش	مع ٣ بيضات
١	فانيليا أو ماء ورد	سكر لتحلية الصلصة

المشوى

الطريقة :

- ١ - يقشر القرع ويقطع شرائح ثم يوضع في إناء مع السكر (١ كيلو) والماء (١ كوب) ويرفع على نار هادئة حتى ينضج ثم يوضع على مصفاة للتخلص من السائل .
- ٢ - تعمل الصلصة البيضاء (صفحة ٦٤) باللبن وتحلى بالسكر وتترك حتى تبرد نوعا ويضاف إليها مع البيض والفانيليا أو ماء الورد وتقلب جدا .
- ٣ - تخطأ المكسرات والزبيب والسكر والفانيليا أو ماء الورد .
- ٤ - تدهن صيلة بالسمن دهنًا جيدًا ثم ترش بطبقة ثخينة من البقساط الناعم .
- ٥ - يوضع نصف مقدار الصلصة في الصينية المعدة بالبقساط ثم يوضع نصف مقدار القرع بنظام طبقة متساوية .
- ٦ - يوضع فوقها الحشو ويوزع بالتساوى ثم يوضع باقى مقدار القرع بنفس الطريقة ثم باقى الصلصة (طبقة صلصة وطبقة قرع ثم الحشو ثم طبقة قرع وطبقة صلصة)
- ٧ - يخبز في فرن هادى . وتترك حتى تجمد ويحمر وجهها .
- ٨ - تترك حتى تبرد ثم تسلك الحوافى باحتراس بسكين وتقاب في صحن مستدير وتقدم

التفاح بالنقطية

المقادير :

سكر ناعم ومسحوق القرفة للتجميل	تفاح كبير
سمن غزير للتحمير	مقدار من النقطة الفرنسية (ص ٤٠٦)

(٤٦ - طهي)

الطريقة :

- ١ - يقشر التفاح وهو صحيح ويقطع حلقات ثخانتها ١ سم وينزع الجزء الأوسط المحتوى على البذور بواسطة الآلة الخاصة أو بسكين صغير .
- ٢ - تغمر الحلقات واحدة واحدة فى النقيطة وترفع بسيخ وتلقى فى السمن المقدوح (وتكرر العملية) وتترك حتى يحمر لونها . ترفع وتوضع على ورقة لامتصاص الدهن .
- ٣ - ترص فى صحن مغطى بورقة دنيل ويرش بالسكر الناعم أو السكر المخلوط بالقرفة الناعمة .

الموز بالنقيطة

- ١ - يقشر الموز وتقطع الواحدة إلى اثنتين طولاً .
 - ٢ - تغطى بالنقيطة وتتم كالنفاح بالنقيطة السابق .
- ملحوظة : يمكن عمل فواكه أخرى بنفس الطريقه مثل البرتقال وحامات الأناناس .

الكسكسى بالسكر

ينظر (صفحة ٥٠٨) .



النباتيون هم الأشخاص الذين يتغذون بالنباتات ، وذلك لأنهم يجدون أن في أكلهم للحوم الحيوانات على اختلاف أنواعها حرمة ويعتبرونها قسوة . وينقسم النباتيون إلى ثلاثة أقسام .

- ١ - آكلى الفاكهة Fruiterainism ، وهم نباتيون يتغذون على الفاكهة الطازجة .
- ٢ - آكلى الخضر Vegeta'ainism ، وهم نباتيون يتغذون على الخضر والفاكهة .
- ٣ - آكلى الخضر والمنتجات الحيوانية Lacto Aegetarainism ، وهم نباتيون يأكلون الخضر والفاكهة مضافا إليها بعض المنتجات الحيوانية ، كاللبن ومنتجاته والبيض .

وللغذاء اللازم لجسم الإنسان هو ما توافرت فيه المواد الغذائية الآتية :

- (١) مواد بروتينية . (٢) مواد دهنية . (٣) مواد نشوية وسكرية .
- (٤) سليولوز . (٥) ماء . (٦) أملاح . (٧) فيتامينات .

وغذاء النباتيين لا يحتوى على جميع هذه المواد بلنسب ملائمة للكميات اللازمة لنمو الأجسام وذلك للأسباب الآتية :

١ - البروتينات : صعوبة الحصول من النبات لأنها ليست موجودة بها بنسبة كبيرة ، وللحصول على النسب اللازمة للجسم وجب تعاطيها بكمية عظيمة مما يعمل على إجهاد الجهاز الهضمى بدرجة كبيرة ، ويوجد البروتين عادة في البقول ، وبرتيت النبات وحده لا يكفي لبناء ما يفقد من الأنسجة لأنه لا يحتوى على جميع البروتينات المختلفة التى فى الحيوانات ومنتجاتها كاللبيومين والميوسين والفيرين الخ .

٢ - المادة الدهنية : فى النبات موجودة على هيئة زيوت كزيت الخس والزيتون والسمسم ودهن جوز الهند والبندق الخ ولكن قيمتها الغذائية محدودة بنسبة المواد الدهنية الحيوانية .

٣ - المواد الكربوهيدراتية : نسبتها فى النبات كبيرة جداً ، والنباتيون بطبيعة الحال مضطرون للاعتماد عليها ، وهذا مما يؤدى إلى زيادة عمل الجهاز الهضمى وإجهاده

- ٤ — السليولوز : موجود في النبات وبعض الأشخاص يتعذر عليهم هضمه ،
- ٥ — الأملاح : موجودة بكثرة وفائدتها معلومة .
- ٦ — الفيتامينات : موجودة بكثرة وأشهرها فيتامين (ح) أما فيتامين (ب) فعدوم لوجوده في المواد الدهنية الحيوانية .
- ٧ — الماء : موجود بكثرة وهو لا ينفى عن شرب المياه العادية ، ولذا فالمواد الغذائية المتنصة خفيفة لكثرة وجود المياه ، ويتج عن هذا ليونة أنسجة أجسام النباتات

مزايا الغذاء النباتي

- ٢ — يعمر النباتيون طويلا ، ويتمتعون عادة بصحة جيدة .
- ٢ — يمتازون بالذكاء .
- ٣ — يشفقون على الحيوان .
- ٤ — اقتصاديون لأنفسهم وللدولة .
- ٥ — يعيشون معيشة بسيطة .
- ٦ — ليسوا عرضة للأمراض لتوفر الفيتامينات في طعامهم .
- ٧ — ليسوا عرضة للتسمم بتناول أغذية نباتية متحللة كما هي الحال في الأغذية الحيوانية

متاعب الغذاء النباتي

- ١ — نقص البروتين في الغذاء النباتي .
 - ٢ -- تعرض النباتيين لسر الهضم لسهولة تخمر الأغذية النباتية .
 - ٣ — صعوبة التنويع في ألوان الطعام النباتي .
 - ٤ -- تجميز الطعام النباتي وطهيه يحتاجون لوقت طويل .
 - ٥ — أجسام النباتيين لا يمكنها مقاومة الأمراض المعدية .
 - ٦ -- أصناف الطعام النباتي ليست مشبهة أحيانا .
 - ٧ — أجسامهم تنقصها الحيوية .
 - ٨ — كمية الغذاء الضروري تعاطيها لسد حاجات الجسم كبيرة جداً .
 - ٩ — نقص بعض أنواع الفيتامينات الدهنية في غذائهم قد تؤدي للإصابة بالسكاح
- وفيما يلي بعض الأمثلة الصالحة لتناول النباتيين :

كرات الجبن

المقادير:

٣ بيضات كبيرة	أسفاناخ ممهوك (ص ٢٩٣)
٥٠ جرام فئات خبز	حوالى ١ كوب لبن
كوب صلصة بيضاء خفيفة (صفحة ٦٤)	٥٠ جرام جبن رومى مبشور
أو صلصة طماطم (صفحة ٩٨)	ملح - فلفل

الطريقة:

- ١ - يخفق البيض جيداً ويضاف اللبن، ويقلب الخليط وتصب فوق فئات الخبز ويترك مدة ١٠ دقائق ثم يضاف الجبن ويتبل.
- ٢ - يصب الخليط فى قوالب صغيرة مدهونة جيداً بالسمن وتغطى القوالب بورقة مدهونة بالسمن.
- تغطى القوالب على البخار مدة ١ ساعة.
- ٤ - تقلب على فرشة من الأسفاناخ الممهوك (صفحة ٢٩٣) ويقدم معها الصلصة المختارة فى قاربها الخاص.

ضلع البندق

المقادير:

٥٠ جرام بندق، قطعة بصل صغيرة	ملح - فلفل - ذرة من بذر الكرفس
٥٠ جرام خبز أفرنيجى، $\frac{1}{4}$ ملعقة كبيرة سمن	بيض وبقدماط للتغطية، زيت للحمير
ملعقتان كبيرتان من الطماطم المصفاة	بطاطس بيوريه وصلصة طماطم (للتقديم)

الطريقة:

- ١ - يحمر البصل والبندق فى مقدار من السمن. يفرى البصل والبندق والخبز فى المفراة مرتين.
- ٢ - يخلط الجميع جيداً بعصير الطماطم ويتبل الخليط.
- ٣ - يوضع فى صحن مدهون ويساوى سطح الخليط تماماً ثم يقطع قطعاً متساوية

ويشكل على هيئة الكسليّة - ويوضع بطرف كل قطعة معكرونة .

٤ - تغطى بالبيض البقسماط وتحمّر في الزيت .

٥ - ترص الكسليّة على فرشاة من البطاطس البورية وتصب الصلصة حول الفرشة

قالب بالبندق

المقادير :

١/٢ كيلو بندق مطحون ، بصلة ، ملح فلفل	} فئجان شاي بطاطس ممهوك عدد ٤ من الطماطم ، بيضة ١/٢ كوب خلاصة خضر (صفحة ٢٥) أو ماء
ملعقة كبيرة من سمن	
فئجان شاي فتات خبز	

الطريقة :

- ١ - يحمر البصل في السمن ويضاف إليه فتات الخبز ويفرى بالمفراة .
- ٢ - تقشر الطماطم وتفري ثم تضاف جميع المقادير بعضها إلى بعض وتعبّن بالبيض والخلصة أو الماء ويصب الخليط في قالب مدهون ويغطى بطبقة من البقسماط .
- ٣ - يوضع في فرن متوسط الحرارة مدة ساعة . يقدم مع صلصة بنية (صفحة ٧٥) (مصنوعة من خلاصة الخضر) وبطاطس محمر وخضر سوتية .

بطاطس محشوة

المقادير : لكل واحدة من البطاطس المستديرة الكبيرة .

ملعقة شاي من كريمة ، ملح ، فلفل أبيض ، بيضة ، ملعقة شاي من جبن رومي مبشور

الطريقة :

- ١ - يغسل البطاطس جيداً ويجنف ويطحى بقشرة في الفرن .
- ٢ - يقور البطاطس لنزع جزء من لحمه ويتبل الفراغ بقليل من الملح والفلفل .
- ٣ - يوضع في التجويف الكريمة ثم البيض وتبّل بالملح والفلفل ويرش السطح بمقدار من الجبن الرومي يعاد البطاطس للفرن حتى ينضج البيض .

٤ - يقدم على طبق مفروش بفوطة مطوية ويجعل بالمقدونس ، وقد يقدم معه صلصة الطماطم (صفحة ٩٨) في قاربها الخاص .

كرات أبو فروة بالبطاطس

المقادير :

٥٠ جرام أبو فروة ناضجة مفرية	قليل من الصلصة البيضاء (صفحة ٦٤)
بشر ليمونة	ملح - فلفل - جوزة الطيب

الطريقة :

- ١ - تخلط جميع المقادير بعضها ببعض وتعجن جيدا .
 - ٢ - يدهك مقدار ١ كيلو من البطاطس المسلوقة ويعجن بملعقة كبيرة مسطحة زبد ومح بيضة ويتبل جيدا .
 - ٣ - نعمل كرات متساوية الحجم من البطاطس ويجوف وسط كل ثم يوضع به من حشو أبو فروة وتقفل الكرة بأحكام تام .
 - ٤ - تغطى الكرات بالبيض والبقساط وتحمّر في السمن الغزير .
 - ٥ - نجعل بالمقدونس ويقدم معها صلصة الطماطم (صفحة ٩٨) في قاربها الخاص
- البيض الاسكتلندي بالعدس

المقادير :

٤ بيضات كبيرة مسلوقة جامدا	بشر ليمونة ، ملح - فلفل
حوالي ١ فنجان شاي عدس أصفر	١ ١/٢ ملعقة كبيرة زبد ، ملء ٤ ملاعق
ملعقة شاي من مقدونس مفري	كبيرة فتات خبز منخول
	ملعقة شاي من زعتر

الطريقة :

- ١ - يطهى العدس مع قليل من الماء وقطعة بصل ثم يصفى ويخلط بباقي المقادير ويتبل جيدا .
- ٢ - يقشر البيض ويتبل بقليل من الدقيق ثم يغطى بطبقة من خليط العدس .
- ٣ - يغطى بالبيض والبقساط ويحمّر في السمن الغزير .

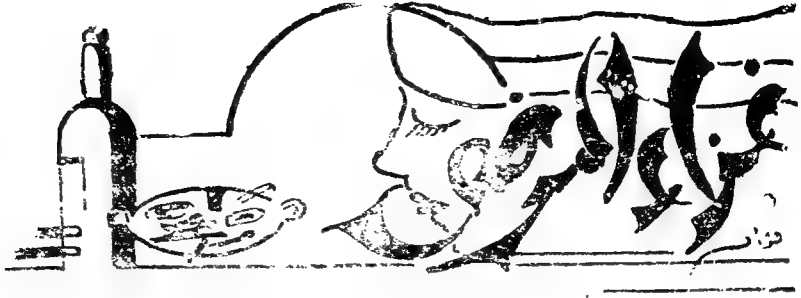
- ٤ - صم كل واحدة نصفين عرضا ويوضع كل نصف على مستدير من الخبز المحمر
- ٥ - يقدم معه صلصة الطماطم (صفحة ٩٨) في قاربها الخاص
- ومناك أصناف عدة غير التي ذكر تصلح لغذاء النباتين ، منها الآتي :

الصفحة	المنف	الصفحة	المنف	الصفحة	المنف
	الفواكه بأنواعها		الحضرة :		الحساء :
٣٨٩ - ٣٨٢	نقيع الفواكه . سلطة الفواكه		خضرا بالصلصة البيضاء . فرع . خرشوف . فنيط الخ	٤٤ ، ٤٩	حساء الحضرة
٦٤٨	الألمانيات الشاذة بالفاكهة		خضرا سوي : جزر بازلاء . فاصوليا	٥٢ ، ٤٨	• • • المصنوع
	الفطائر المختلفة :		كوسة الخ	٤٨	• البطاطس
٥١٥	قطيع عشو بالجبين الخ		خضرا مكشورة بدون لحم	٥٩ ، ٣٩	• الطماطم
٥٣٧	أطباق القطيع بالحضرة		فرع . فاصوليا	٥٣	• المقدس
	الرفاني . البوهاشة		فنيط الخ	٣٩	• الحضرة الغاف
٥٠٤ - ٥٠٣	البورنج		سولبي الحضرة	٤٤	• القول الثابت
	جميع أنواعه عسدا		خضرا بالنقطة :	٤٥	• الخرشوف
٦٤٥ - ٦٢٠	البودنج بالدهن		خرشوف . فنيط	٤٦	• كسك الماز
	المتلحات والحلوى		كوسة الخ	٤٧	• الكرفس
	والسكك		محشوات الفلفل	٤٩	• أبو فروة
٦٩٢ - ٦٧٩	المتلحات على اختلاف أنواعها		السكروانج :	٥١	• الفروع
	قوالب الحلوى		كوامخ الحضرة على اختلاف أنواعها		التحريات
٦٧٥ - ٦٦٧	قوالب السكرية		البقول بأنواعها		مكرونة بالجبين
٧٠٧	الحلوى الشرقية المختلفة		ويستعمل من استعمال اللحم		بالطماطم بالصلصة
٥٥٦	اليسكوت بأنواعه		أصناف البيض المختلفة		أرز مقلقل
٥٣٥	السكك بأنواعه		عسدا الأصناف التي يدخلها اللحم		أرز ممر الخ
٦٩٢	الثورت بأنواعه				

ملحوظة : يستعمل بهريز الحضرة (صفحة ٢٥) في طهي ألوان طعام النباتين .

نماذج لأكلات تصلح لغذاء النباتيين

- ١ - حساء الطماطم (بمخلصة الخضر) ، كوسه بالصلصة البيضاء ، فطير بسيط بالجبن فاكهة .
- ٢ - معكرونة بالصلصة البيضاء والجبن ، أسفاناخ بالبيض كستردة بالكريمة ، برتقال .
- ٣ - حساء خضر ، ضلعة مشككة ، سلطة لبن بالخيار ، قالب الكريمة بالفراولا .
- ٤ - باميا خضراء بالسلق ، باذنجان مقلي باللبن الزبادى : فراولا مثلجة بالكريمة .
- ٥ - خضر مسلوقة بالصلصة الفرنسية ، ورق عنب وطماطم (ضلعة ، سلطة فواكه بالكريمة .
- ٦ - ملوخية بالفاول النبات ، ضلع البندق ، الماظية ليمون أو ترينفل .



يعتبر غذاء المرضى من أهم الأبواب التي تحتاج إلى العناية التامة والدقة في العمل ، ولا يمكن وضع قانون معين لاختيار الأطباق الملائمة لغذاء المرضى لأن هذا يختلف تبعاً :

١ - لنوع المرض وأدواره .

٢ - تأثير الميكروب في جسم المريض .

٣ - حالة المريض الصحية .

ويعطى الغذاء للمريض في حالة المرض لتعويض ما يفقده جسمه ، مع مراعاة عدم إجهاد الجهاز الهضمي وملائمة الغذاء لنوع المرض وعادة يعطى المريض سوائل للتغذية عند المرض وخصوصاً في حالة ارتفاع الحرارة ، لأن الأطعمة الصلبة كثيراً ما تؤذيه وتؤدي إلى عواقب جسيمة .

الشروط الواجب مراعاتها في إعداد طعام المرضى

- ١ - اتباع أوامر الطبيب بكل دقة لأن لكل مرض غذاء خاصاً .
- ٢ - يجب أن تكون جميع الأدوات والأواني المستعملة للطهي أو للتقديم تامة النظافة صغيرة الحجم ، جميلة الشكل .
- ٣ - اختيار أحسن المواد وأجودها ، مع ملاحظة احتوائها على مواد الغذاء الضرورية لجسم المريض . ويحسن طهيها في أوعية فخارية أو زجاجية أو صيدية بدلاً من المعدن .
- ٤ - يطهى الطعام بطريقة بسيطة سهلة تساعد على سهولة هضمه وأفضل هذه الطرق التسليك . الطهي على البخار .
- ٥ - إعطاء المريض كميات صغيرة في كل وجبة ، وقد يعطى المريض كميات قليلة جداً في فترات متعددة إذا استدعى الحال ذلك .
- ٦ - يقدم الغذاء في أوقات معينة مع مراعاة الدقة في ذلك . وإذا كان المريض في حالة نوم هادئ فيجب ألا يوقظ إذا استدعت الحال .

- ٧ - يستحسن الاستغناء عن تناول الغذاء حتى السائل أثناء الليل إلا في الأحوال الضرورية . ومنوع إعطاء المشروبات الروحية أو المنبهة إلا إذا أمر بها الطبيب
- ٨ - يجب تقليل كمية التوابل والأفضل الاستغناء عنها كذلك عدم زيادة تحمية الطعام
- ٩ - يجب ألا يسأل المريض عما يرغب من الأصناف ؛ بل يجب التنويع في عملها وتقديم الطعام بطريقة شبيهة ، وإذا اضطر الأمر لتكرار صنف من الملاءمة للمريض وجب تنويع طريقة تقديمه في كل مرة .
- ١٠ - تقدم الأصناف على صينية بعد فرشها بفرش نظيف وتزينها بقليل من الأزهار الجميلة ، وتوضع عليها الأطباق نظيفة مرتبة لتساعد على فتح الشهية .
- ١١ - تحرق بقايا الأطعمة في حالة الأمراض المعدية ، ولا يسمح لأحد بتناولها .

السوائل التي تعطى للمريض :

اللبن المضاف إليه ماء الصودا - ماء الشعير - عصير الليمون - عصير الفاكهة ، مثل التفاح والعنب والبرتقال الخ - ماء الأرز - الشاي والقهوة الخفيفة إذا أذن الطبيب بتناول منبهات

أو غذاء الخفيفة :

تشمل جميع الأغذية السائلة الاغذية الخفيفة السهلة الهضم ، مثل بودنج اللبن - والبيض برشت - المعجزة الخفيفة - السمك والطيور واللحم المشوى - البطاطس البوريه - الخضر المسلوقة - الخبز المقدد والبسكوت - الماسية - والبودنج الخفيفة .

التغذية في دور النقاهة

يلتقل المريض تدريجاً من الغذاء السائل إلى الغذاء الصلب الخفيف السهل الهضم ، مثل اللبن - عصير اللحم الممزوج بالآراروط أو دقيق العلب - العيش المقدد - بيض برشت - الماسية البيض أو اللبن - كسترده - نوع من البودنج الخفيف - شوربة خضر الخ . وبعد ذلك يعطى المريض السمك المسلوq أو المطهى على البخار ، أو الدجاج المسلوq أو المطهى على البخار - أو اللحم أو الكبدة المشوى والفاكهة المسلوقة إلخ .

الليمونادة (رقم ١)

المقادير : ٢-٣ ملاعق من عصير ليمون ، ملء ٢ كوب ماء مغلى ، سكر للتحلية ملء ملعقة كبيرة .

الطريقة :

- ١ - يقشر الليمون رفيماً ويوضع فى أبريق نظيف مع السكر ثم يصب عاياه الماء المغلى ويترك حتى يبرد . يضاف عصير الليمون وتصفى الليمونادة .
- ٢ - تقدم فى كوب زجاجى أو ثلج فى ثلاجة أو فى إناء وحولها الثلج - وهذا تبعاً لأوامر الطبيب .

الليمونادة (رقم ٢)

المقادير : من ٣ - ٤ ليمون كبير الحجم ، ملء ملعقة كبيرة سكر سنترفيش ، ملء ٢ كوب ماء مغلى .

الطريقة :

- ١ - يغسل الليمون ويحفف ثم يقطع حلقات .
 - ٢ - يضاف إليه السكر ثم يدعك مع حلقات الليمون جيداً ثم يضاف الماء المغلى ويترك حتى يبرد ، يوضع الخليط فى شاشة ويصفى جيداً .
 - ٣ - يعاد تصفية الليمونادة وتقدم كلهاهى أو ثلج .
- ماء الشعير الخفيف

المقادير : ٥٠ جرام شعير لؤلؤى ، ملء ملعقة كبيرة سكر ، لتر ماء ، بشر وعصير ليمونة .

الطريقة :

- ١ - يغسل الشعير ثم يوضع فى إناء ويغلى بالماء البارد ويرفع على النار ويترك إلى أن يصل درجة الغليان ثم يصفى الشعير ويشطف بالماء البارد .
- ٢ - يوضع الإناء ومعه السكر وبشر الليمون وعصيره ثم يغلى مقدار من الماء ويصب على الجميع ، يغلى الإناء ويترك حتى يبرد ثم يصفى ويستعمل .

ماء الشعير الشخين نوعا

المقادير

٥٠ جرام من شعير لؤلؤى	ملء ٢ كوب من ماء مغلى
بشر ليمونة	٨ قطع صغيرة من سكر مكينة

الطريقة :

يعد الشعير كالسابق ثم يوضع فى إناء مع السكر وبشر الليمون ويصب فوقه الماء المغلى يترك حتى يبرد ثم يصفى ويقدم .

ماء الشعير الشخين

المقادير :

٥٠ جرام من شعير لؤلؤى	سكر للتحلية ؛ قشر ليمونة
أتر ماء	عصير ١ ليمونة

الطريقة :

- ١ - يعد للشعير كالسابق .
- ٢ - يوضع فى إناء مع قشر الليمون الرفيع والماء ويطهى على حمام مائى (يوضع الإناء المحتوى على خليط الشعير فى إناء آخر أوسع منه به ماء) مدة مابين ساعة وساعتين
- ٣ - يضاف السكر وعصير الليمون ويصفى الحائط ويترك ماء الشعير حتى يبرد تماما

شرش اللبن

المقادير : ١ كيلو من لبن دافى | ملعقة شاي من منفحة الجانكت

الطريقة :

- ١ - تضاف المنفخة لبن الدافى ويقاب قليلا ويترك فى مكان دافى . مدة ساعة .
- ٢ - يقلب الحائط بشوكة ثم يصفى بشاشة والتأج من التصفية هو الشرش .

اللبن بالعسل

المقادير : $\frac{1}{2}$ كيلو لبن | ملعقة كبيرة من عسل أبيض

الطريقة : يغلى اللبن ويضاف إليه العسل . يعاد غلى اللبن مدة دقيقة ثم يصفى ويقدم .
ماء الأرز

المقادير : مل ٢٠ كوب ماء | ٣٠ جرام أرز

الطريقة : يغسل الأرز ويضاف إليه الماء ويرفع على نار هادئة مدة $\frac{1}{2}$ ساعة ، ثم يصفى ويقدم
عصير الفواكه (البرتقال)

المقادير : $\frac{1}{4}$ كوب عصير . تقال ، $\frac{1}{4}$ كوب ماء ، سكر للتحلية .
الطريقة :

١ - يذاب السكر في الماء على النار ويغلى مدة دقيقة .

٢ - يترك الشراب حتى يبرد تماماً ثم يضاف له عصير البرتقال ويصفى الخليط ويقدم

عصير العنب

المقادير والطريقة : مثل عصير البرتقال .

عصير المانجو

١ - تغسل المانجو وتجفف وتشق الواحدة نصفين وتملأ بالسكر السنتر فيش وتترك

حوالى الساعة ينزع الجزء اللحمي ثم يدعك مع السكر حتى يذوب .

٢ - يصفى الخليط بمنخل أو شاشة ويخفف بالماء على حسب الرغبة ويقدم .

عصير التفاح

١ - يغسل التفاح ويقشر رفيعاً ثم يبشر بالمبشرة .

٢ - يوضع في شباشية ويعصر لإستخراج العصير ويقدم .

العرقوس

يؤخذ مقدار من العرقوس ويرش خفيفاً بالماء ويدعك جيداً ، وهكذا حتى يندى
ثم لونه . ويوضع في شاشة وتربط وتوضع في إناء به ماء بارد ، وتقلب آناءاً لمدة
ساعة أو أكثر . يصفى العرقوس ويقدم .

التمر هندي

- ١ - تغسل قطعة من التمر هندي عدة مرات . ثم تنقع في مقدار من الماء يكفي لتغطيتها
ونترك منقوعة مدة لا تقل عن ثلاث ساعات .
- ٢ - يصفى ويحلى بالسكر ويعاد تصفيته ويقدم .

السكر كديه

- ١ - يغسل السكر كديه جيداً ثم ينقع في قليل من الماء البارد .
- ٢ - يصفى ويحلى بالسكر ويعاد تصفيته ويقدم .

بذر الكتان

المقادير : ملعقة حلو بذر الكتان ، ٢ كوب ، سكر للتحلية .
الطريقة : توضع جميع المقادير في إناء وترفع على نار هادئة مدة ٢٠ دقيقة ثم يصفى ويقدم

التليو

يغسل أوراق التليو وتوضع في ماء بارد وترفع على النار حتى يغلي وتسرّب موادّه
للماء يصفى ويحلى بالسكر ويقدم .

الكرأوية واليانسون والحلبة

تنقى الكرأوية أو اليانسون أو الحلبة وتغسل جيداً وتوضع في ماء بارد وترفع على النار
حتى تسرّب إليه نكهتها وموادّها . تحلى بالسكر وتقدم ساخنة .

مشروب البيض

المقادير :

ملعقة حلو من سكر ناعم		بيضة كبيرة
قليل من الفانيليا		¼ كوب لبن

الطريقة :

- ١ - تخفق البيضة جيداً ثم يضاف إليها السكر والفانيليا
 - ٢ - يسخن اللبن ويضاف إليه خليط البيض مع التقليب المستمر .
 - ٣ - يصب المشروب في كوب زجاجي ويقدم .
- مشروب البيض بالصودا

المقادير :

قليل من الفانيليا		مح بيضة كبيرة
¼ كوب من ماء الصودا ، ملعقة شاي من سكر		ملعقتان من لبن

الطريقة :

- ١ - يخفق المح والسكر جيداً مدة ١٠ دقائق .
 - ٢ - يضاف اللبن ويقلب الخليط جيداً ثم يصب في كوب زجاجي .
 - ٣ - يضاف مقدار الصودا للكوب ويقدم المشروب .
- ملحوظة : يمكن إضافة يياض للخايط بعد خفقة جيداً
- مشروب الكستردة

المقادير :

بيضة كبيرة		ماء ملعقة شاي من سكر
قليل من الفانيليا		¼ كيلو لبن

الطريقة :

- ١ - يخفق البيض والسكر جيداً ثم تضاف الفانيليا ويصفى الخليط في كوب زجاجي

٢ — يضاف اللبن الدافئ للكب و يقاب الخليط ويقدم .

مشروب عصير اللحم (رقم ١)

المقادير : ١ كيلو لحم بقرى أحمر ، ملء كوب ماء بارد .

الطريقة :

١ — يكشط اللحم بالسكين قطعاً رفيعة جداً وتوضع القطع في برطمان مع مقدار الماء

وذرة من الملح ويترك مدة ١ ساعة مع التقليب آناً فـ آناً .

٢ — يغطى البرطمان ويوضع في إناء به ماء ويرفع على النار الهادئة مدة ساعة .

٣ — يصب المشروب في كوب ملون (أحمر) ويقدم .

مشروب عصير اللحم النقي (رقم ٢)

المقادير : كمقادير مشروب عصير اللحم السابق .

الطريقة :

١ — يغلى مقدار الماء ويترك حتى يبرد .

٢ — يضاف اللحم المعد كلسابق ويترك منقوعاً مدة لا تقل عن ثلاث ساعات مع

التقليب آناً فـ آناً . يصنى ويقدم في كوب أحمر كلسابق .

مشروب الدجاج

المقادير : كتكتوت ، ملء كوب ماء ، ١ كيلو لبن ، ذرة من الملح .

الطريقة :

١ — يجهز لحم الكتكتوت كطريقة مشروب عصير اللحم رقم ١

٢ — ينقطع اللحم في الماء بضع دقائق ثم يضاف إليه الملح واللبن ويوضع في برطمان

٣ — يوضع البرطمان في إناء به ماء ويرفع على النار الهادئة مدة ٣ ساعات .

٤ — يصنى ويزال الدهن ويقدم المشروب ساخناً ومعه الخبز المقدد .

الآراروط

المقادير: $\frac{1}{4}$ ملعقة كبيرة من آراروط ، $\frac{1}{4}$ كيلو لبن ، ملء ملعقة شاي من سكر .

الطريقة:

- ١ - يمزج الآراروط بقليل من اللبن البارد ويضاف إليه اللبن المغلي ويقلب جيداً .
- ٢ - يحلى بالسكر ويرفع على النار مع التقليب حتى يغلي مدة ٥ دقائق .

حساء الكتكوت

- ١ - يقطع لحم الكتكوت المجز قطعاً صغيرة ويوضع في مقدار لتر ماء بارد وذرة ملح .
- ٢ - يرفع على النار الهادئة حتى ينهر اللحم تماماً يصفى المرق ويقدم .

المرايح الباردة

يتخفق بياض بيضتين حتى يجمد تماماً ثم يقاب بخفة مع معلقة من السكر الناعم وملعقة شاي من عصير ليمون . يوضع في كأس زجاجي ويقدم في الحال .

المشويات

- | | |
|--|----------------------|
| ١ - تعمل كالمشويات المذكورة غير أنها تقبل بالملح | كبر مشوى (صفحة ١٥٩) |
| الحفيف وعصير الليمون وتشوى نصف شواء | |
| ٢ - تجمل بالمقدونس والليمون . | دجاج مشوى (صفحة ١٩٦) |

قالب الدجاج (رقم ١)

المقادير والطريقة: كما في قالب السمك على البخار رقم ١ (صفحة ٢٤٤) باستعمال لحم

الدجاج النيء بدلا من لحم السمك .

قالب الدجاج (رقم ٢)

المقادير

- | | |
|--|--------------------------------|
| $\frac{1}{4}$ كيلو لحم دجاج نيء | مقدار صلصة سمكة (بانا دا ص ٦٥) |
| ملح ، فلفل أبيض ، عصير الليمون | |
| للتقديم مقدار من صلصة الباشميل (صفحة ٧١) | |

٢ بيضتان كبيرتان

الطريقة :

- ١ - يفرى لحم الدجاج مرتين بالمفرمة الناعمة ثم ينخل من منخل سلك ويضاف إليه البيض والصلصة السمبكة ثم الكريمة المخفوقة نوعاً .
- ٢ - يصب الخليط في قالب مدهون بالسمن ويغطى بورقة مدهونة ويطهى على البخار مدة $\frac{1}{4}$ ساعة ، ويقلب ويصب حوله صلصة الباشميل .

قالب الدجاج (رقم ٣)

المقادير والطريقة : كما في قالب الدجاج رقم ٢ ، ويستغنى مقدار الكريمة وصلصة الباشميل
الماسية بالبيض

المقادير

١٠ جرام جبلائين

$1\frac{1}{2}$ ملعقة سكر

كوب ماء

٣ بيضات ، قشرة وعصير ليمونة

الطريقة :

- ١ - تضاف جميع المقادير بعضها لبعض عدا البيضة وترفع على النار مدة ١٠ دقائق بشرط ألا تغلى ؛ يضاف البيض المخفوق ويقلب الخليط جيداً على نار هادئة حتى يغلظ القوام .
 - ٢ - يصفى بشاشة ويترك ليبرد ثم يصب في قالب مبلل ويترك حتى يجمد . يقلى ويقدم .
- سمك بالكستردة

المقادير :

$\frac{1}{8}$ كيلو سمك

$\frac{1}{4}$ كوب لبن

بيضة كبيرة .

قليل من الملح والفلفل الأبيض

الطريقة :

- ١ - يطهى السمك على البخار كما في (صفحة ٢٤٣) .

- ٢ - يمزج البيض قليلاً وتضاف إليه اللبن ويتبل بالملح والفلفل ، ويقلب الخليط ويصنى (كسترده) .
- ٣ - يوضع السمك فى صحن فرن مدهون وتصب عليه الكسترده ، ثم يوضع فى صينية بها ماء . يزج فى فرن هادى حتى تنضج الكسترده .
- ٤ - يقدم ساخناً بحملاً بالمقدونس والليمون .

بودنج الاراروط

المقادير :

ملعقة كيرة من اراروط	ملعقة شاي سكر
كوب لبن ، بيضة مخفوقة جيداً	قليل من الفانيلا

الطريقة :

- ١ - يمزج الاراروط بقليل من اللبن البارد ثم يغلى باقى ويصب على الخليط مع التقليب . يعاد الخليط على النار ويضاف السكر ويغلى مدة ٥ دقائق .
- ٢ - يبرد الخليط قليلاً ويضاف إليه البيض ويقلب ويصب فى صحن فرن صغير مدهون
- ٣ - يزج فى فرن حار ليحمر الوجه .

تفاح مموك بالكريمة

المقادير : تفاحة كبيرة ، ملعقتان كبيرتان كريمة ، سكر ناعم للتجلية .

الطريقة :

- ١ - يقشر التفاح ويسلق بقليل من الماء ويضاف السكر ويترك حتى ينهرى ثم يصفى .
- ٢ - تخفق الكريمة حتى تغلظ نوعاً ويضاف إليها التفاح ويقلب الخليط جيداً وبخفة .
- ٣ - يقدم فى وعاء زجاجى ويحلى بقليل من الكريمة المخفوقة أو الكريز المسكر .
- ملحوظة : يعمل بنفس الطريقة عدة أصناف أخرى باستعمال المشمش أو الخوخ إلخ .

البوردج Porridge

المقادير: ٢ كوب ماء، ٥٠ جرام شوفان متوسط، ذرة ملح.

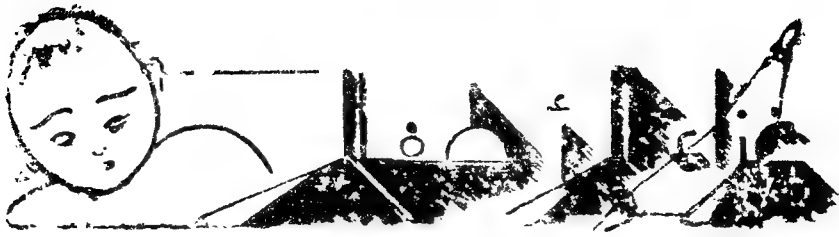
الطريقة:

- ١ - يغلى الماء ويذر عليه الشوفان مع التقليب المستمر مدة ٥ دقائق .
 - ٢ - تهدأ الحرارة ويترك حتى ينضج الشوفان مع التقليب آناً فآناً (حوالى ١ ساعة) ثم يضاف الملح . يقدم ساخناً مع اللبن المغلى والسكر .
- وهناك أصناف عدة غير ما ذكر تصلح لغذاء المرضى والناقلين ، ومنها الآتى :

الصفحة	الصف	الصفحة	الصف	الصفحة	الصف
٢٤٣	دجاج على البخار كالمك على البخار	٢٤٣	الحضر :		المشروبات :
			الحضر الملوقة	٧٠٥	اللبن بالناب
	الحوى والبوردج :		• السونيه	٧٠٥	الأوفالين
	والفاكهه :		• المهوكة	٧٠٤	الشيكلاته
			• بالزيت والليمون	٧٠٤	الكاكاو
٦٣٨	كسردة بالكريمة		• بالصلصة البيضاء		الحساء :
٦٣٨	• مغليه	٤٣٨	سونليه الحضر	٤٤	حساء الفول النابت
٦٣٧	• فى الفرن		السرك والطير	٤٣	• الأرناب
٦٣٧	• على البخار		واللحم :	٦٠	• السك
٧٠٨	مهليه			٦٠	• الأكارع
٤٦٣	چانكت	٢٠٨	سمك ملوق	٥٢	• الحضر المصفاه
٤٦١	لبن زبادى	٢١٨	سمك مطهى فى اللبن	٤٤	• المقطع
١٢٣	بودنج القصر				الولاسيه :
٦٢٣	• السكارى	٢٤٤	قالب السمك رقم ٢٠١		
٦٢٥	• البرتقال	٢٤٣	سمك على البخار	٦٦١	الكماسيه الليمون
	الفاكهه	٢٤٣	• لحم	٦٦١	البرتقال ، الشاح ،
٢٨٧	سلطة الفاكهه		• كالمك	٦٦٤	الناب

مماذج تصلح لغذاء الناقهين

<p>بيض مفري بالبن - زبد ومربي - خبز مفدد (نوست) - لبن بالبنائ كوب أوقاذين دافء</p> <p>حساء الدجاج - سوليه الدجاج - خضر سونيه - خبز مفدد - الماسية لبون</p> <p>عصير فاكهة</p> <p>كبد مشوى - جانكت</p>	<p>القطور الساعة ١٠ صباحا</p> <p>الفداء</p> <p>الساعة ٤ مساء</p> <p>العشاء</p>
<p>برتقال - بيض مهضوب (برشت) - خبز مفدد (نوست) - مربي - شيكولاتة بالبن</p> <p>فنجان لبن منلى مخفف (١/٢ لبن ، ١/٢ ماء جبر)</p> <p>حساء الخضر المقطع - صدر دجاج على البخار - سوليه الأسفاناخ - كندرودة بالكريمة</p> <p>ساندوتش طامام - بسكوت البانسون - فنجان لبن بالشاي</p> <p>كوب عصير برتقال مخفف - لبن زبادى - قطعة نوست</p>	<p>القطور</p> <p>الساعة ١٠ صباحا</p> <p>الفداء</p> <p>الساعة ٤ مساء</p> <p>العشاء</p>
<p>عصير نفاخ مخفف - خبز مفدد - جبن الابن الزبادى - قهوة خفيفة</p> <p>مفروب البيض</p> <p>سمك بالكسترودة - خضر ملوقة - خشاف الفراسيا</p> <p>الحبز الأحمر مع الزبد والمربي - قطعة كيك إسفنجى - لبن بالشاي</p> <p>حساء القرع - الماسية الفاكهة</p>	<p>القطور</p> <p>الساعة ١٠ صباحا</p> <p>الفداء</p> <p>الساعة ٤ مساء</p> <p>العشاء</p>
<p>بوروج بالبن - بيض ملوق فى الماء بدون قشر - قهوة خفيفة بالبن</p> <p>عصير الهم النيمه</p> <p>حساء الأرانى - قطعة أرز ملوق - بيوره البزلالة - حسنة</p> <p>فاكهة</p> <p>مفروب البيض بالصودا</p> <p>سمك على البخار - الماسية اليمون</p>	<p>القطور</p> <p>الساعة ١٠ صباحا</p> <p>الفداء</p> <p>الساعة ٤ مساء</p> <p>العشاء</p>



يتغذى الطفل الرضيع باللبن وذلك لاحتوائه على جميع العناصر اللازمة لنموه ولتعويض ما يفقده جسمه لأن جهازه الهضمي في الأشهر الأولى يكون ضعيفاً لا يقوى على هضم أغذية أخرى - على أن اللبن عادة غير كاف لتغذية الطفل ونموه بعد الشهر الثامن ، بل يجب أن يعطى أغذية أخرى مع الاستمرار في الرضاعة وذلك بأن تقلل عدد مرات الرضاعة ويستبدل بها أكله خارجية ، وهكذا حتى باق الوقت الذي يمكننا فطام الطفل دون أى خطر .

النقط الواجب مراعاتها في تغذية الأطفال

- ١ - يشترط في الأطعمة التي تقدم للطفل أن تكون موادها طازجة نظيفة سهلة الهضم سريعة التحول . وأن تكون بسيطة ومنوعة وكافية .
- ٢ - أن تعطى بأبسط الطرق وأسهلها ، وتكون خالية من التوابل عدا الملح وتقدم للطفل بطريقة شبيهة أو في أوان صغيرة حسنة المنظر .
- ٣ - تعطى للطفل بكميات صغيرة وفي فترات عدة منتظمة .
- ٤ - أن تكون موافقة لسن الطفل وبديته وحالته الصحية .
- ٥ - اختيار الأطعمة المناسبة لفصول السنة مع مراعاة الحالة المالية للوالدين .
- ٦ - لا يعطى الطفل المشروبات المنبهة كالشاي والقهوة . ويمكن إعطاؤه السكاكاو المزوج بكمية وافرة من اللبن حيثئذ يعتبر غذاء .
- ٧ - تعطى الفاكهة للطفل في بدء حياته على هيئة عصير مخفف مثل عصير البرتقال والليمون الحلو والعنب ، وخصوصاً إذا كان يتغذى الطفل صناعياً ، وذلك لتعويض نقص الفيتامين ، وبالتدريج يعطى الفاكهة الناضجة اللينة كاللوز أو الكمثرى وبقية الأنواع مطبوخة .
- ٨ - يجب أن يدخل اللبن في معظم الأصناف التي تجهز للطفل ليمده بالبروتين والدهن والأملاح بكمية تكفي لنموه يعطى الطفل في نهاية السنة الأولى البيض وخصوصاً المح (الصفار) والسمنك والدجاج لأنها تحتوي على بروتين مركز سهل الهضم .

٩ - ويجب أن تعطى المادة الدهنية للأطفال بكمية كافية ومعظمهم لا يرغبون في تناولها لدسامتها ، لذا يجب تعويدهم أخذها بطرق شتى شبيهة كالخبز بالزبد والمربي ، والخضر المهوكة بالزبد الخ .

١٠ - إعطاء الطفل المواد الصلبة نوعاً التي نحتاج للمضغ وذلك ابتداء من الشهر العاشر كقطعة كعك أسفنجي بسيطة أو قطعة خبز مقدد أو بابت مع قليل من الزبد .

١١ - تعطى له بعض أنواع الحبوب والبقول مثل الكويكر أوتس والسامولينة والعدس لأنها مصدر نباتي للبروتين وذلك عندما يبلغ من العمر ١٥ شهراً .

١٢ - لا تعطى مواد كربوهيدراتية الطفل قبل بزوغ الأسنان ، لأنها عسرة الهضم وإن أعطيت فتكون في حالة ذائبة ، أما اللشويات فلا تعطى إلا بعد مضى السنة الأولى من عمر الطفل ، كالآرز والبطاطس ، والاراروط والتبوكا والكورن فلور الخ .

١٣ - يعطى الطفل المواد السكرية بكميات قليلة على رغم أنها أسهل أنواع الكربوهيدرات هضماً ، وهو يعطى حلوى أو مربى مع الأكل لا بين الأكلات حتى لا تضعف من شهية الطفل .

١٤ - تعطى اللحوم الحمراء عندما يتم الطفل الستين من عمره وتكون مفرية أو مقطعة قطعاً صغيرة وتامة النضج - ويجب اجتناب إعطائه اللحم العسر الهضم كلحم البط والأوز واللحم المحمر قبل تمام السابعة من عمره ولا يعطى الطفل اللحوم المحفوظة أو المملحة ، كاللحم المحفوظ في العلب والسردن والتونة .

كشف بالأصناف الصالحة لعداء الأطفال في الأعمار المختلفة

من الولادة إلى ٦ شهور

٧٣٥	لحوم		عصير طماطم مخفف	٧٣٤	عصير البرتقال المخفف
٧٣٢	ماء الشعير الخفيف	٧٣٥	كراوية	٧٣٤	ليمون حلو
٧٣٤	• الأرز	٧٣٥	بالمون	٧٣٤	• عنب مخفف

من عمر ٦ شهور إلى تمام السنة

يعطى الطفل علاوة على ما سبق الأصناف الآتية

	فاكهة فاصجة : موز ،	٧٣٨	حساء الكنكون	٧٠٨	دلبية
	كزى	٤٢	• الأرنب	٥٧٢	سكونت ماري
٣٨٩	فاكهة مصفاة	١٧٢	• الطيور	٥٧١	• التوشادر
٣٨٣ } ٣٨٦ }	خشاف الفاكهة	٥٢	• الخضر الصقي	٥٧١	• اليانسون
	مربات		مع البيض	تفرقات	خبز مقدد (توست)
	عسل	٤١٤	بيض مرش	٢٧٢ } ٢٨٢ }	خضر ممهوك (فرع ، بطاطس)

من عمر سنة إلى سنة و ٦ شهور

٤١٩	بيض سلوق بدون قشر	٧٠٢	شاي بلبن	١٧٢ }	حساء الطيور (مع دلبيل من الشعيرة أو الأرز)
	كبد دجاج	٧٠٥	أوقالين		
	• أرانب	٤٦٢	جانكيت	٤٤	حساء الخضر للقطع مع طيور و أرانب

من عمر سنة و ٦ أشهر إلى عمر سنتين

٧٠٨	سمك أبيض سلوق	باب	خضر ممهوك (بلولا ،	٧٠٤	شيكولاتة بالبن
٧٤٢	• على البغار	الخضر	أسفناخ ، لوبيا ، فلفاس)	٧٠٤	• كاكاو
	لحم أبيض نغري	٢٢٠	فول مقدس مقشور	٧٢٧	مشروب البجاج
٧٢٧ } ٧٢٨ }	• كندرة		طماطم نيئة مقشورة	٧٢٦	• البيض

من عمر سنتين إلى ثلاث سنوات

٧٣٩ - ٦٦١	ألبان الفواكه والبيض		لحم حراء مفروية	باب الحضر	حضر سلوة بالهرير و بالصلصة البيضاء
٦٦٢	قوالب الكورن فلور	٧٣٨	قوالب الدجاج	٢٠٨	سمك و و
٤٢١	بيض مفروى بالزبد	٢٤٤	قالب السمك	١٥٩	كبد مشوى
	بودنج	٥٦٤	بسكوت المسم		

نماذج لقوائم طعام الأطفال في أعمار مختلفة
(١) طفل عمره من ٩ - ١٢ شهراً

الفطور	لبن دافئ و بسكوت ملوى
الساعة ١٠ صباحاً	عصير فواكه مخفف ومخل بالسكر
ظهراً	حساء خضر مصفاة ، كستردة
عصراً	لبن و بسكوت
مساء	لبن دافئ

(٢) طفل عمره من ١ - ١ ١/٢ سنة

الفطور	كويكر أو تس بالزبد
الساعة ١٠ صباحاً	لبن دافئ ، خبز مقدد (توست) بالزبد والمربي
ظهراً	حساء دجاج ، بطاطس مهوكة ، تقيع فراخا
عصراً	لبن دافئ ، قطعة كعك
مساء	لبن دافئ

(٣) طفل عمره سنتان

الفطور	بيلة مصفاة ، يمس مصعب ، قطعة خبز
الساعة ١٠ صباحاً	لبن دافئ أو عصير طماطم مخفف ومخل بالسكر
ظهراً	سمك سلوق ، بسلة بيوريه ، مهلبية ، ماء للعرب
عصراً	قطعة خبز بالزبد أو قطعة كعك ، لبن
مساء	لبن دافئ ، بسكوت

(٤) طفل عمره ٢ إلى ٢½ سنة

كوب لبن ويسكون	الفطور
كوب أوفالين	الساعة ١٠ صباحاً
حساء الأرناب - قطعة أرنب مقرية - خضر ممهوك - فاكهة طازجة	ظهراً
عصير برتقال	عصراً
خشاف فواكه - بانكيت	مساءً

(٥) طفل عمره من ٢½ إلى ٣ سنوات

كوب لبن - بيض مصهب - نوست وزيد مصري	الفطور
كوب عصير فاكهة	الساعة ١٠ صباحاً
كوسة بالصلصة البيضاء - قطعة مخ أو كبدة مشوية - بودنج خفيف	ظهراً
لبن بالشيكولاتة - قطعة كيك	عصراً
فواكه طازجة - فنجان بوفل	مساءً

(٦) طفل عمره ٣ سنوات

فنجان كويكر أونس - بيض مفري على نوست	الفطور
كوب لبن ويسكون	الساعة ١٠ صباحاً
حساء خضر مخين معني - صدر دجاج مفري - طماطر ممهوك - أناسية	ظهراً
فنجان كاكاو وقطعة كيك	عصراً
طبق مهلبية - تفاحة	مساءً

(٧) طفل عمره ٣ سنوات

بودنج باللبن - بيض مقلي في الماء على نوست - شيكولاتة باللبن	الفطور
عصير فاكهة مخفف ومحل بالسكر	الساعة ١٠ صباحاً
حساء الحنظل المقطعة - بودنج السمك - أناسية ليون	ظهراً
أوفالين باللبن - يسكون ماري	عصراً
لبن مقلي - جميع فاكهة	مساءً

(٤) طفل عمره ٢ إلى ٢½ سنة

الفطور	كوب لبن وبسكون
الساعة ١٠ صباحاً	كوب أوقالين
ظهراً	حساء الأرناب - قطعة أرز مفربة - خضر ممهوك - فاكهة طازجة
عصراً	عصير برتقال
مساءً	خشاف فواكه - جانكت

(٥) طفل عمره من ٢½ إلى ٣ سنوات

الفطور	كوب لبن - بيض مصبب - نوست وزيد ومرين
الساعة ١٠ صباحاً	كوب عصير فاكهة
ظهراً	كوسة بالصلصة البيضاء - قطعة مخ أو كبدة مشوية - بودنج خفيف
عصراً	لبن بالشيكولاتة - قطعة كلك
مساءً	فواكه طازجة - فنجان بوفل

(٦) طفل عمره ٣ سنوات

الفطور	فنجان كويكر أونز - بيض مفري على نوست
الساعة ١٠ صباحاً	كوب لبن وبسكون
ظهراً	حساء خضر غخين مصفى - صدر دجاج مفري - بطاطس ممهوك - الماسية
عصراً	فنجان كاكاو وقطعة كلك
مساءً	طبق مهلبية - تفاحة

(٧) طفل عمره ٣ سنوات

الفطور	بودنج باللبن - بيض مقل في الماء على نوست - شيكولاتة باللبن
الساعة ١٠ صباحاً	عصير فاكهة مخفف ومحل بالسكر
ظهراً	حساء الحنظل المقطعة - بودنج السمك - الماسية لبيون
عصراً	أوقالين باللبن - بسكون ماري
مساءً	لبن مقل - عجب فاكهة

إعادة طهي الأطعمة

إعادة طهي الأطعمة عادة غير شائعة في القطر المصري، على الرغم من كثرة كميات الغذاء التي تبقى يومياً في المطابخ المصرية . وقد تضطر ربة المنزل إلى تسخينها وتقديمها كما هي فلا تبعث الشبهة لا كليها ، أو تضطر إلى توزيعها ، وهذا يعتبر تبذيراً منها . لذا وجب على ربة المنزل أن تفكر في الطرق التي تمكنها من استعمال ما تبقى من مواد الطعام لعمل أصناف أخرى شبيهة بخالفة الأولى لتقلل من المصروف اليومي .

القواعد الواجب مراعاتها في إعادة طهي الأطعمة

- ١ - تستعمل جميع البقايا الناضجة الموجودة بمخزن الطعام مادامت طازجة .
- ٢ - تلاحظ القيمة الغذائية للمصنوع منها ، وفي حالة نقص بعضها تعوض بإضافة مواد على شرط أن تكون ناضجة .
- ٣ - تلاحظ ملائمة نكهة المواد المخلوطة بعضها لبعض .
- ٤ - اللحم والسّمك يجب تسخينها فقط ولا يجوز إعادة طهيها ؛ لأن هذا يعمل على صلابة أليافها بزيادة تجمد البروتين ، وهذا يؤدي إلى عسر هضمها ، لذا وجب تنديتها بإضافة نوع من الصلصة .
- ٥ - يعاد تسخين اللحم والسّمك بعد تقطعه قطعاً صغيرة لسهولة التسخين .
- ٦ - يحسن تغطية اللحم والسّمك بأغلفة مناسبة تمنع تجمد أليافها بتأثير الفرن أو المادة الدهنية في أثناء التحمير .
- فإذا كان التسخين في الفرن وجب تغطية المواد بالفطير أو النقيطة أو البطاطس البوررية . وإذا كان باستعمال حرارة المادة الدهنية فيغطى الطعام بالنقيطة أو بغلاف من البيض وبالبقسماط ، أو بنوع من الفطير البسيط الرقيق جداً .
- ٧ - يجب عدم استعمال أطعمة نيئة مع أخرى ناضجة ، فنلّا لا يجوز استعمال البصل نيئاً مع اللحم الناضج ، وإذا اضطرت الحالة إلى إضافة بعض الأصناف نيئة وجب إضاجها قبل الاستعمال .
- ٨ - طعم اللحم والسّمك المعاد تسخينه غير مقبول ، لذا يحتاج لإضافة مواد تكسبه نكهة ورائحة قوية ، وهذا يختلف تبعاً لذوق الآكلين والصنف المراد صنعه .

- ٩ - يجب تقديم الأصناف بشكل شهى .
١٠ - يستحسن تقديم نوع من الصلصة مع الأطباق المعاد طهيها .
كذلك بأصناف الأطعمة التي يمكن تناولها من أصناف سبى طهيها

اللحوم

كفتة اللحم الناضج بالصاج . كفتة اللحم الناضج ، ضلع اللحم المفري الناضج بفتيك اللحم المفري الناضج ، كرات اللحم بالخبز المحمر ، كرات اللحم الناضج بالنقطة ، الكارى باللحم الناضج ، لحم بالنقطة ، قالب لحم بالجلاتينا ، قالب اللحم بالمكرونة ، كبدة بالدمعة ، منخ بالمعجة ؛ كفتة المنخ ؛ قالب اللحم الناضج فى الفرن ، محشو باللحم ، طبق اللحم الناضج فى الفرن ، قالب اللحم على البخار ، ريسولز .

الطيور والأرانب

الدجاج الناضج بالكارى . الحمام بالكارى ، كفتة الدجاج ، ضلع الدجاج ، ودجاج بالمايونيز ، دجاج بالدمعة ، كاهن الدجاج ، الدجاج بالجلاتينا . الأرانب بالصلصة البيضاء ، ضلع الأرانب الناضج .

السمك

سمك بالكارى ، سمك بالمايونيز ، سمك طراطور ، كاهن السمك ، طماطم محشوة بالسمك محارات السمك بالمايونيز ، كفتة السمك الناضج ، كرات السمك ، ضلع السمك كفتة السمك بالنقطة ، طبق الفطير بالسمك ، فطير محشو بالسمك بودنج السمك ، قالب السمك بالجلاتينا . قالب السمك فى الفرن ، سمك على الطريقة الإيطالية .

الحلوى

التريفة الأماطية : - (القراصيا ، التفاح المشمش ألخ) كرات الأرز .
ملحوظة : الأصناف المذكورة بعاليه ضمن أصناف باب اللحم والطيور والأرانب والسمك والحلوى .

المشروبات Hors D'oeuvre

عبارة عن أصناف باردة رقيقة ذات نكهة عالية ، وهي أول ما يقدم في قائمه الطعام إذا عمل على تنشيط الشهية وتلييه العصارات الهاشمة (تنظر قوائم الطعام صفحة ٧٩٧) .

الزيتون الأسود :

يقطع جزء صغير من وحدات الزيتون الأسود الكبير الحجم لسهولة ارتكازها ، ويرص في الصحن ويملا الفراغ بين الزيتون وبعضه بحلقات الخبار المخلل الأفرنجي .

الزيتون الأخضر :

يقطع جزء صغير من وحدات الزيتون لسهولة ارتكازها ويرص في الصحن ، ويحسن اختيار الزيتون المحشو .

زيتون أخضر بالأنشوجة

المقادير :

عدد ٨ زيتون أخضر مخلل كبير		مقدار من معجون الأنشوجة (ص ٧٦١)
عدد ٤ من الأنشوجة		أو معجون أنشوجة مجز
٨ قطع خبز مستدير مقدد (توست)		

الطريقة :

- ١ - ينزع النوى من الزيتون مع الاحتفاظ بشكله أو يستعمل الزيتون المحشو ويستغنى عن حشوه .
- ٢ - يقطع جزء صغير من أسفل كل لسهولة ارتكاز الزيتون .
- ٣ - تدهن قطع التوست بقليل من معجون الأنشوجة ثم يثبت بوسط كل زيتونة .
- ٤ - يملأ فراغ الزيتون بوردات من معجون الأنشوجة .
- ٥ - تنظف الأنشوجة وتنسل بالخل وتقطع الواحدة نصفين طولاً ويلف كل نصف حول الزيتون وعلى الخبز .

السردبين :

ينزع الشوك والجلد باحتراس مع الاحتفاظ بالشكل ويتبل بقليل من الليمون ويرص في الصحن .

الطماطم :

١ - تقطع حلقات وتبل بالصلصة الفرنسية (صفحة ٨٨) وترص في الطبق وتجمل بالمقدونس المفري أو .

٢ - تلتخب الوحدات الصغيرة الجامدة وتجهز وتملأ بالمايونيز كما في كامخ الطماطم رقم ٤ (صفحة ٣٧٢) وترص في طبق الأوردفرو حولها الخس المفري كالشعر .

٣ - تلتخب الوحدات الصغيرة وتجهز كما في كامخ الطماطم رقم ٤ (صفحة ٨٥) .

القيام : يقدم الخيار المخلل أو الأخضر - ففي حالة تقديم الخيار الأخضر يقشر ويقطع إلى أشكال زخرفية ثم يتبل بالصلصة الفرنسية (صفحة ٨٩) ويجمل بالمقدونس المفري .

المملوآت : تقدم مخللات متنوعة كأوردفرو .

البطرمرة : تلتخب الشرائح الحمراء اللينة وتزال طبقة الثوم وترتب في الطبق .

الرنجة : ينزع جلد وشوك الرنجة وتقطع شرائح صغيرة وتبل بالزيت والليمون أو الخل .

التوتة : تقطع قطعاً مناسبة (مربعات) وتبل بالليمون .

الأنشوجة : أنشوجة مملحة مغسولة بالخل أو أنشوجة ملفوفة على حلقات ، خيار ، وتعمل كالآتي :

١ - يقشر الخيار ويقطع مكعبات . سمكها ١ بوصة وتلف قطعة من الأنشوجة الممد حول بعضها بوسط حلقة الخيار .

٢ - يجمل الوسط بوردة من معجون الأنشوجة (صفحة ٧٦١) أو بوردة من الزبد .
روح الأنشوجة .

الخبز بالأنشوجة :

- ١ - تدهن حلقات من التوست أو الخبز الأسمر بطبقة من الزيت وتجعل بورداً من معجون الأنشوجة (صفحة ٧٦١) .
- ٢ - يجمّل وسط الورود بقطعة من الزيتون الأسود أو بورقة مقدونس .

الببيض :

أصناف البيض الشائع تقديمها كأوردفر هي :

- بيض بالأنشوجة (صفحة ٤١٧) ، بيض بالكريمة ، (صفحة ٤١٨) بيض بالمايونيز (صفحة ٤١٤) .

البطاطس :

- يقدم كامخ البطاطس (صفحة ٣٦٢) كأوردفر .
 - ٢ - يقطع البطاطس المسلوق حلقات ثمّ تهاج بوصة ، وتبّل وهي ساخنة بالصاصة الفرنسية ، وتترك حتى تبرّد ثمّ يجمّل الوسط بوردة من البيض الممهوك الممزج بقليل من الزيت ويوضع بوسطها عرق من المقدونس .
 - ٣ - يسلق بطاطس صغير الحجم ثمّ يقشر وهو ساخن ويتبل بالصاصة الفرنسية (صفحة ٨٨) وتترك (حتى تبرّد تماماً) ويصفي من الصلصة وترش بالمقدونس المفري ربيعاً
- الكافيار : هو نوع راق من البطارخ وأحسن أنواعه ما يستورد من روسيا ومنه الآخر والأسود ويقدم كالآتي :

- ١ - يقدم على مستديرات من التوست مدهونة بالزبد .
- ٢ - يتبل الكافيار بعصير الليمون ويخلط بقليل من البصل المفري ، ثمّ توضع طبقة الخليط على توست مدهون بالزبد (مستدير أو مربع أو مثاث) .

الكامخ الروسي : (صفحة ٣٧٥) : يقدم كأوردفر على حدته أو يقطع قايل منه مع أصناف أخرى من الأوردفر .

Savouries المملحات

وهى آخر أصناف قائمة الطعام (ينظر قوائم الطعام ص ٧٦٩) ومنها الآتى :

المكونات المملحة : بسكوت الجبن (صفحة ٥٦٢) ، بسكوت الأنشوجة (صفحة ٥٦٣)

الأكبر : إكلير مملح (صفحة ٥٥٥) ، لقم الجبن (٥٥٥) .

الريزل : (صفحة ٥١٩) ويلاحظ تقطيعها بمستديرات صغيرة .

القطائف المخبوزة بالعصاج : تختار القطايف الصغيرة جداً وتحمى بالعصاج وتقدم ساخنة

القطير : فطير صغير محشو بالجبن . بالعصاج ، بالأنشوجة ، بالسردين (صفحة ٥١٤ ، ٥٤٥)

الأصابع المملحة : المخبوزة : (صفحة ٥٤٦) .

كرات اللحم الناصب بالنبيطة : (صفحة ١٤٨)

بيض فى الحمار : (صفحة ٤٢٥) .

بسكوت الجبن بكريمة الكرفس

المقادير :

مقدار من بسكوت الجبن (صفحة ٥٢٦) | ملعقة كبيرة من كرفس أبيض مغرى ناعما
٥ ملاعق كبيرة من الكريمة المخفوقة . فلفل أحمر | ٢ ملعقة كبيرة من جبن رومى مبشور .

الطريقة :

تخلط جميع المقادير بعضها ببعض وتوضع بشكل هرمى على بسكوت الجبن ويجعل
بقليل من أوراق الكرفس الخضراء . والفلفل الأحمر .

الكريمة بالجبن Cheese pyramids

المقادير والطريقة:

الكريمة بالكرفس السابقة ، باستعمال ٣ ملاعق جبن رومي مبشور ويستغنى عن الكرفس .

(بسكوت مملح بالبيض والجرجير)

المقادير :

مقدار من بسكوت الجبن (صفحة ٥٦٢) . أو بسكوت الأنشوجة (صفحة ٥٦٢)
خليط مكون من : ملعقة حلو من كل من المقادير الآتية :

كريمة - صفار بيض مسلوق ومنخول - جبن رومي مبشور - معجون الأنشوجة

للتنعيم : بياض بيض مفري ، جرجير مفري أو مقدونس .

الطريقة :

١ - تخلط الكريمة و صفار البيض والجبن والمعجون بعضها ببعض ، وتقبل بقليل من العسل الأحمر . يغطى سطح البسكوت بطبقة من هذا الخليط .

٢ - يجهز البسكوت بتغطية نصف سطحه ببياض البيض المفري والنصف الآخر بالجرجير المفري .

أسفله (أسبته) الخضر المملحة

المقادير :

فطيرات صغيرة مصنوعة من الفطيرة البسيطة بالجبن (صفحة ٥٢٣) ، وتسوى بدون حشو كما في فطيرات الفاكهة (صفحة ٥٢٥) .

خضر متنوعة ناضجة (بطاطس ، جزر ، بسله الخ) متبلة بصلصة مايونيز (صفحة ٨٥)

الطريقة :

١ - تقطع الخضر مكعبات صغيرة وتقبل بالمايونيز وتملأ بها الفطيرات .

٢ - تخبز في الفرن ١٠ دقائق .

حلقات الخبز بالجلاتينا

المقادير :

جبرى ناضج مقطع — زيتون أخضر مفرى — مقدار من الألبان الشافة الغير الحلو (ص ٦١٨) .

الطريقة :

- ١ — قبل قوالب صغيرة بالماء البارد . يصب بكل قليل من الجلاتينا وتترك حتى تجمد
- ٢ — يخلط الزيتون والجبرى ويوضع منه طبقة فى القالب ويثبت الطبقة بمقدار من الجلاتينا (الألبان) وتترك حتى تجمد تغلب قبل استعمالها مباشرة على خبز مقطع حلقات ومدهون بالزبد وتعمل بالمقدونس .

أصابع التوست المملحة (رقم ١)

المقادير :

١ كيلو كريمة أو ١ كيلو لبن ، ملىء حلو	معجون الأنشوجة (ص ٧٦١)
زبد ، أصابع من التوست الساخن المدهون بالزبد	
مع ٣ بيضات فلفل أحمر	

الطريقة :

- ١ — يدهن التوست بمعجون الأنشوجة .
- ٢ — تخلط الكريمة أو اللبن بالزبد والبيض وترفع على نار هادئة مع التقليب حتى يغلظ قوام الخليط بشرط ألا يغلى . يتبل بالملح والفلفل ثم يصب جزء منه على التوست ويرش بالمقدونس الممرى ويقدم ساخناً .

أصابع التوست المملحة (رقم ٢)

المقادير :

ملعقة كبيرة زبد ، عدد ٢ ملعقة كبيرة من لبن	٥٠ جرام جبن رومى مبشور
من ٤ — ٦ قطع توست مستطيلة	
١/٢ ملعقة شاي مستردة ، ملح ، فلفل	

الطريقة:

- ١ - تسيح الزيت ويضاف إليها بقية المقادير وتقلب جيدا على نار هادئة حتى يغلظ القوام .
- ٢ - يوضع الخليط على التوست المدهون بالزبد ، ويقدم في الحال ، أو يوضع في فرن ليحمر الوجه ويقدم ساخنا .

توست بالسردين

الطريقة:

- ١ - تدهن مستديرات من الخبز المقدد (توست) بالزبد .
- ٢ - يوضع فوقها طبقة سمكها $\frac{1}{4}$ سم من معجون السردين (صفحة ٧٦١) .
- ٣ - تساوى الطبقة جيدا وتجمل بخطوط من المقدونس المفري ويرش بالفلفل الأحمر

الساندوتش

يطلق اسم الساندوتش على طبقتين من الخبز بينهما نوع من الحشو. ويسمى الساندوتش عادة باسم الحشو ، فمثلا ساندوتش الانشوجة عبارة عن ساندوتش محشو بالانشوجة ، وساندوتش الدجاج عبارة عن ساندوتش محشو بالدجاج وهكذا .
ويختلف تحضير الساندوتش باختلاف نوع الخبز والحشو المستعمل .

تجهيز الخبز لعمل الساندوتش

يختلف تجهيزه باختلاف شكل الخبز المختار وينحصر في الآتي :

(أولا) خبز الساندوتش الخاص :

وهو عبارة عن أرغفة صغيرة مستطيلة الشكل أو مستديرة وتحمض بشقها عرضاً ، بشرط ألا تنفصل وتحشى بالزبد ثم بالحشو المختار .

(ثانياً) أرغفة الخبز الإفريجي :

يختار رغيف بايت من الخبز الأبيض أو الأسمر Brown Bred من النوع المسمى بالصندوق ويجهر كالآتي :

(١) في عمل الساندوتش المختلف .

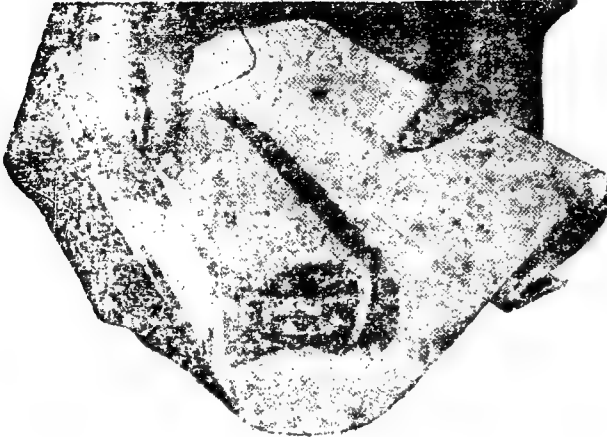
يقطع الرغيف شرائح رفيعة بالعرض وتدهن بالزبدة المدعوكه وتزال القشرة الخارجية ثم توضع كل طبقتين معاً وبينهما الحشو المستعمل وهذا ينتج ساندوتش مربع الشكل رقيقاً ومنه يمكن عمل ساندوتش مختلف الأشكال .

أنواع الساندوتش :

- ١ - الساندوتش المربع : ويعمل بالطريقة السابقة .
- ٢ - الساندوتش المستطيل : وينتج من قطع الساندوتش المربع السابق نصفين .
- ٣ - الساندوتش المثلث : وينتج من قطع الساندوتش المربع السابق لمثلثين .
- ٤ - الساندوتش المستدير : وينتج من قطع الساندوتش المربع بقطاعة مستديرة .

٥ -- الساندوتش المشرشر ذو الأشكال المختلفة . ويتلج من تقطع الساندوتش المربع
بوساطة قطاعة مشرشرة الأشكال زخرفية .

(ب) في عمل الساندوتشى الملفوف :



طريقة عمل الساندوتش الملفوف

١ - يقطع الرغيف

شرائح رفيعة

بالطول وتغطى

الشريحة بطبقة

من الزبد اللين

٢ - تغطى الشريحة

بطبقة من الحشو

المختار ويجب أن

يكون على هيئة

معجون ثم تزال

الطبقة الخارجية الصلبة، وتلف الشريحة باحتراس على هيئة أسطوانة كافي السويسرول .

٣ -- تلف الاسطوانة فى قطعة شاش مبالة معصورة جيدا وتترك فى مكان بارد

لحين استعمالها - يقطع حلقات سمك $\frac{1}{4}$ بوصة .

الحشوى المستعمل للساندوتش

يحشى الساندوتش بكثير من ألوان الطعام ، ويمكن تقسيم الحشو للأقسام الآتية :

١ - مشوسرل التجريز : كالجن بأنواعه ، وشرائح اللحم والكبد واللسان والطيور

السماك والسجق والجبرى ، البيض ، الخيار ، الطماطم ، الكافيار ، السردين ، الأنشوجة
التونة ، البطارخ ، العجة ، المربى ، الزبد .

ويمكن استعمال نوع واحد أو أكثر من هذه الأنواع فى عمل نوع واحد من

الساندوتش مثل :

جين رومى مبشور وحلقات الطماطم وملح وفلفل .

خيار وطاطم متبل بصلصة فرنسية .

بيض وخيار مخلل

طاطم وسردين متبل بعصير ليمون وملح وفلفل.

خس وطاطم متبل بصلصة مايونيز.

٢- الحشو الجهمز : ويشترى بجهزاً في برطانات أو أنابيب أو علب ، وأشهرها استعمالاً

معجون الأانشوجة واللحم الخ.

٣ - الحشو المعد في المنزل : وله أنواع عدة منها :

معجون الجبن (رقم ١)

المقادير : $\frac{1}{8}$ كيلو جبن دو بل كريم ، كريمة ، مقدونس مفري أو نعناع جاف .

الطريقة :

١ - يدهك الجبن حتى ينعم تماماً ، ويضاف إليه مقدار من الكريمة لتكوين معجون ناعم

٢ - يضاف للمعجون قليل من المقدونس المفري أو النعناع .

معجون الجبن (رقم ٢)

المقادير :

ملعقة شاي معجون المستردة .

ملح ، فلفل أحمر .

١٥٠ جرام جبن رومي مبشور

ملعقة زبد ، ملعقة حلو عصير طاطم

الطريقة : تدعك الزبد جيداً ويضاف إليها بقية المقادير ويقلب الخليط حتى ينعم تماماً .

معجون الجبن بالطاطم

المقادير :

٣ ملاعق كبيرة فتات خبز أمرنجي

ملعقة حلو سمن ، ملح ، فلفل ، قليل من المستردة

طاطمه كبيرة ، بيضة

٧٥ جرام من جبن رومي مبشور

الطريقة :

١ - تصفى الطاطم وتضاف للسمن المقدوح وتترك على نار هادئة حتى تغلي .

- ٢ - يضاف الخبز والجبن ويتبل الخليط بالمستردة والملح والفلفل .
- ٣ - يخفق صفار البيض ويضاف الخليط ويقلب الجميع جيداً .
- ٤ - يوضع الإناء على نار هادئة مع التقليب مدة ٣ دقائق .
- ٥ - يعاد خفق الخليط حتى ينعم تماماً . وقد يمرر من منخل .
- ٦ - يوضع المعجون في برطمان جاف . ويصب على السطح نحو ملعقة من السمن السائح معجون الطاطم

المقادير :

عدد ١ من الطاطم المقشر المقطع .	بيضة ، ملعقتان كبيرتان قنات خبز أفرنجي
طعقة شاي بصل مفري	ملعقة كبيرة مسطحة زبد
د مقدونس مفري	٤ ملاعق كبيرة مسطحة من جبن رومي مبشور

الطريقة :

- ١ - تسيح الزبد ويحمر فيها البصل ثم تضاف الطاطم .
- ٢ - يخفق البيض ويضاف للخليط ويقلب على نار هادئة مدة ٥ دقائق .
- ٣ - تضاف بقية المقادير ويقلب الخليط جيداً .
- ٤ - يحفظ في برطمان جاف ويصب على السطح مقدار من الزبد السائح .

معجون الجبن بالأنشوجة

المقادير : ٧٥ جرام من جبن شستر ؛ قليل من روح الأنشوجة أو معجون الأنشوجة
ملعقة كبيرة زبد

الطريقة : تخفق الزبد جيداً ويضاف إليها باقي المقادير وتدعك جيداً حتى ينعم الخليط .

خليط الجبن بالمكسرات

المقادير : مقادير متساوية من عين الجمل المقرى . زيتون أسود منزوع النوى ،
الكريمة الجبن الرومي المبشور .

الطريقة : تخلط جميع المقادير بعضها ببعض وتعمل عادة لعمل ساندوتش باستعمال الخبز الأسمر

معجون الأنشوجة

المقادير : عدد ٨ من الأنشوجة ٧٥٠ جرام من زبد . ملعقة شاي من عصير ليمون

الطريقة :

- ١ - تغسل الأنشوجة بقليل من الخل ثم ينزع العظم وتجفف القطع .
- ٢ - تسحق الأنشوجة في هاون رخام ، ثم يضاف إليها الزبد والليمون وتسحق ثانيا وتمرر خلال المنخل وتستعمل .

معجون البيض

المقادير :

مح بيضتين مسلوقتين	ملح - فلفل أحمر
١٥٠ ملعقة كبيرة زبد	

الطريقة :

- ١ - يسحق البيض وقد يمرر من منخل ويقلب بالملح والفلفل وعصير الليمون .
 - ٢ - تدعك الزبد جيداً وتضاف الخليط البيض ويعاد تنبيلها ويستعمل المعجون .
- معجون البيض بالأنشوجة

المقادير : مح ٢ بيضات مسلوقة ، ملعقة شاي من روح الأنشوجة . ملعقة كبيرة زبد .

الطريقة :

- ١ - يدعك صفار البيض ويمرر من منخل .
 - ٢ - تدعك الزبد وتضاف للبيض ويعجن الخليط جيداً بالأنشوجة ويقلب جيداً
- معجون السردين

المقادير : علبة سردين ، ملعقة شاي عصير ليمون ، قليل من الملح والفلفل الأحمر

الطريقة :

- ١ - ينزع جلد وعظم السرين ويدعك جيداً حتى ينعم تماماً وقد يمرر من منخل .

سالك . تخفق الزبد وتضاف للسردين ثم يضاف الليمون والتوابل .
٢ - يقلب الجميع جيداً ويستعمل المعجون .

معجون اللحم

المقادير :

١٥٠ جرام لحم ناضج أحمر		١/٢ ملعقة شاي بهار
ملعقتان من سمن		ملح - فلفل - قرقة

الطريقة :

- ١ - ينزع الدهن والقطع الغضروفية من اللحم ويفرى مرتين بالماكينة .
- ٢ - يوضع اللحم والتوابل وثلاثا مقدار السمن في هاون ويسحق الجميع جيداً .
- ٣ - يوضع الخليط في برطمان جاف نظيف ويساوى سطح الخليط تماماً .
- ٤ - يصب فوقه باقى مقدار السمن الساخن .

معجون الدجاج

المقادير :

١٥٠ جرام دجاج ناضج مفرى		٧٥ جرام من عين جمل مقشور
ملعقة كبيرة من كريمة غليظة .		ملعقة شاي عصير ليمون ، ملح ، فلفل أبيض

الطريقة :

- ١ - يقشر عين الجمل من القشرة السمراء بغمرة في الماء المغلي ثم يفرى .
- ٢ - يدعك الدجاج حتى ينعم ثم تضاف جميع المقادير وتمزج جيداً وتبل المعجون .

حشو حلو اللساندوتش

المقادير : ملعقتان كبيرتان من المربي ، موزتان ، ملعقتان كبيرتان من غير جل مفرى .

الطريقة : يقشر الموز ويدعك وتخلط جميع المقادير بعضها ببعض .

طريقة عمل الساندوتش

- ١ - يجهز الخبز على حسب الرغبة (ينظر صفحة ٧٥٧) .
- ٢ - يدعك مقدار من الزبد حتى ينعم ويدهن به سطح الخبز .
- ٣ - يوضع الحشو المختار (معجون . لحوم . جبن . أسماك الخ) وتغطى القطعة بقطعة أخرى مدهونة بالزبد أو يدهن رغيف الساندوتش المدد بالزبد ثم يحشى بالحشو المطلوب .
- ٤ - تقطع الحافة الصلبة أو يترك الساندوتش كما هو أو يقطع على حسب الرغبة .

تقديم الساندوتش

- ١ - يقدم الساندوتش على منديل من الورق أو مفرش ورق دنيل أو مفرش قماش بحجم الطبق وغالباً تحمل الأنواع غير الحلوة بوضع قليل من أوراق المقدونس وفي الحفلات يثبت سيخ رفيع في وسط الطبق بأعلاه ورقة مكتوب عليها اسم الساندوتش .
- ٢ - أو يقدم في طبق مفروش بورق خس في حالة تقديمه كصنف من أصناف العشاء الخفيفة .

غذاء الرحلات والاكالات السفرية

تتألف الرحلات من أفراد عدة وتكون في الغالب خليطاً ، فيعرف بالضبط مكان لرحلة ثم ترتب الأوقات ليتمكن التمتع بأكبر قسط من الراحة والنزهة .

وتحتاج هذه الرحلات والسفريات لغذاء شهى سهل الحمل ، ويلاحظ في إعداده الآتى :
١ -- أن تكون قيمته الغذائية كبيرة لأن انتعاش الجسم باستنشاق الهواء النقي يتطلب غذاء كافياً محتوياً على جميع العناصر الغذائية .

٢ -- يلاحظ تباين الألوان في الأصناف المختارة .

٣ -- أن تكون متنوعة بقدر المستطاع .

٤ -- يجب أن تكون كمية كل صنف كافية لعدد الأشخاص .

٥ -- تختار الأصناف الحالية من الصلصات حتى يسهل حملها ، مع ملاحظة أن تكون قيمتها الغذائية متوافرة .
٦ -- اختيار الأصناف الممكن أكلها باردة .

٧ -- ملاءمة الأصناف لفصول السنة وحفظ الساخن والبارد منها في أوان خاصة ، كما في حالة استعمال (الترمس) لحفظ القهوة والشاي أو شراب الليمون والماء المثلج - أو استعمال الآنية الخاصة المصنوعة بطريقة (الترمس) في حفظ اللحوم والخضر السوتية الخ ، وإلا يستعمل موقد الفول (وابور السبرتو) الصغير في إعادة تسخين بعض الأطعمة .

٨ -- يستعمل الفوط والأطباق وأكواب الورق لسهولة حملها ولأنها تشغل مكاناً صغيرة ثم يستغنى عنها بعد استعمال .

٩ -- تجهز الأدوات اللازم استعمالها كالشوك والسكاكين والملاعق الخ وكذا المواد الضرورية كالملح والفلفل والسكر والمخللات الخ حسب ما يتطلبه الطعام المعد .

وقد شاع استعمال حقائب خاصة بالرحلات مصنوعة من الجلد أو الورق المضغوط للفيبر ، ومجهزة تجهيزاً خاصاً بجميع الأدوات من أطباق وأكواب وشوك وملاعق وآنية حفظ الأغذية والسوائل الخ ، ويختلف حجمها وثمنها باختلاف نوعها وما تحتويه من أدوات

كشف للأصناف الصالحة للرحلات والأكلات السفريّة

صفحة	الطعام والحلوى	صفحة	الاندوتش - البيض	صفحة	الحوم والطيور
١٠٠ ١٠١ ١٠٢ ١٠٣ ١٠٤ ١٠٥ ١٠٦ ١٠٧ ١٠٨ ١٠٩ ١١٠ ١١١ ١١٢ ١١٣ ١١٤ ١١٥ ١١٦	فطير محشو بالجبن، المصاج	١١٧ ١١٨ ١١٩ ١٢٠ ١٢١ ١٢٢ ١٢٣ ١٢٤ ١٢٥ ١٢٦ ١٢٧ ١٢٨ ١٢٩ ١٣٠ ١٣١ ١٣٢ ١٣٣	سادوتش الجبن بأنواعها	١٣	جلاتين اللحم
	السك، المكسرات، المربي		• اللحم والدجاج	١٤٢	ضلع اللحم الناضج
	فطيرات الفاكهة		• السمك والجبرى	١٦٤	رستو ملفوف بالترب
	• المربي		• الأنشوجة	١٣٢	رستو ملفوف صحيح
	الريسولز		• السردين	١٤٦	بفتيك
	الحلاش المحشو		• التونة	١٥٢	مخ بالبيض والبقسماط
	الكسك والتورث		• البطارخ والكافيار	١٥٣	مخ بالنقطة
	الجناو		• الطهاطم	١٦٢	لحم ضأن رستو
	أصابع الكثافة		• الحبار	١٥٩	كبد وكلاوى مشوية
	القطايف		• البيض	١٥٩	الكفتة المشوية
	البقلاوة		• المخ	١٣٩	• الحمرة
	الإكليل		• السكيد	٢٢٩	كفتة السمك
	بلع انشام		بيض سلوق	١٥٧	الكبيبة الشاي
	لغمة القاضى		المعزة المصرية	١٩٠	حمام مشوى
	عيش السرايا		المعزة الفرنسية	١٨٨	حمام محشو
	التفاح بالنقطة		البيض الاسكتلندى	١٧٥	دجاج بارد
	البسوسة		ضلع البيض	١٧٧	جلاتين الدجاج
صفحة	المشروبات	صفحة	التشويات	صفحة	الحلويات
٧٠٢	شاي، ولبن	٢٨٥	البطاطس المحمر	١١٧ ١١٨ ١١٩ ١٢٠ ١٢١ ١٢٢	المخبوزات
٧٠٣	قهوة •	٢٥٢	• المحشو		محشو السلق، الحنظل، الكرنب
٧٠٤	كاكاو •	٢٨٧	كفتة البطاطس		• ورق لاصق
٧٠٤	شيكولاتة ولبن	٤٠٠	مكرونة بالصلصة البيضاء		• الباذنجان الأبيض
٧٣٢	ليمونادة				والأسود
٨٣٤	عصير فاكهة مثلج				• الفلفل الرومى
					• الحرشوف

نماذج لأكلات خلوية

- ١ -- لحم رستو محشو ، مخ بالبيض والبقساط ، فطير بالجبن ، محشو باذنجان أبيض ، ساندوتش مختلف ، فاكهة ، شراب الليمون .
- ٢ -- جلاتين اللحم ، كبد وكلاوى مشوية ، طماطم ، محشو ورق عنب ، فاكهة ، بسكوت وجبنة رومي ، شاي ولبن أو شراب الليمون .
- ٣ -- ضلع اللحم المفري الناضج ، بطاطس محشو بالعصاج ، بيض اسكتلندي ، مخللات بودنج القصر ، فاكهة ، شاي ولبن .
- ٤ -- كفتة سمك ، عجة ، دجاج بارد ، ساندوتش أنشوجة وجبنة ركفوردي ، وجبنة حالوم ، وخيار ، فطير بالفراولا Flan فاكهة ، قهوة ولبن أو ليمونادة .
- د -- جلاتين الدجاج ، ساندوتش سمك بالمليونيز ، وطماطم بالخيار ، فطيرات الفاكهة بسكوت الجبن ، تفاح ، موز ، شاي ولبن ، شراب الليمون .
- ٦ -- حمام محشو خالي من العظم ، خيار مخلل ، لحم ضأن بارد ، ساندوتش بالزبد ، ضلعة منوعة ، ساندوتش بيض ، بلح الشام بالفستق ، فاكهة ، شاي ولبن .

قوائم الطعام

النقط الواجب مراعاتها عند عمل قوائم الطعام :

- ١ - تراعى الحالة المالية فلا تتعدى ربة المنزل ما خصصته من الدخل للصرف على الغذاء .
 - ٢ - يراعى عدد الأشخاص المراد الطهى لهم وما يلائمهم من الطعام على حسب أمزجة كل ، مع ملاحظة السن والجلس (رجال - نساء - أطفال) والمهنة .
 - ٣ - مراعاة فصول السنة فى اختيار الأصناف ، فيقدم فى الشتاء الحساء والأصناف المشوية والدهنية والكوامخ الحريفة ، كما يلاحظ فى إعداد طعام فصل الصيف اختيار الحضر والأصناف الخفيفة التى يحسن تناولها باردة .
 - ٤ - تقدير الوقت الممكن لربة المنزل أن تصرفه فى طهى الطعام ، كذا مقدرة الطاهية على الإلمام بعملها .
 - ٥ - المعدات التى بمطبخ المنزل كالأدوات وتوافرها والأفران الخ .
 - ٦ - يجب أن تختار أصناف الطعام من أنواع مختلفة ، فتكون منها الأغذية المشوية والدهنية وغيرها مما يجعل الطعام كاملاً مستوفياً ، ويفضل اختيار الأصناف الطازجة على الأصناف المحفوظة لفائدتها الغذائية .
 - ٧ - يجب أن تكون ألوان الطعام متباينة بقدر الإمكان ، وأن يلاحظ التنويع عند تقديمها ، فبعقب مثلاً الحساء الأبيض طعام أحمر وهكذا ، كما يجب تقديمها بشكل شهي مع ملاحظة حسن الذوق فى ترتيب الأطباق .
- وتختلف القوائم وما يقدم فيها على حسب الغرض المقامة من أجله ، ففى البوفيهات تقدم أصناف راقية من السمك واللحم والفطائر والحلوى الخ ، وتكون كلها باردة .

أما فى قوائم الطعام على الطريقة الأوربية فتقدم أصناف عدة وتكون بالترتيب الآتى :

(أولاً) المصنوعات Horsd. oeuvres وتقدم مع الأكلة المهمة فى اليوم ، وهى عبارة عن مجموعة من الأصناف الباردة الراقية المنظر ذات النكهة العالية المتبلّة جيداً وتقدم كصنف قائم بذاته . وإما أن تقدم كمجموعة مشكلة فى طبق كبير خاص بذلك ، أو يقدم كل صنف منها على حدته فى طبق صغير . وإذا اقتصر على صنف واحد منها فسيكون من الأصناف الراقية جداً ، وعادة يوضع على المائدة قبل دخول الأشخاص .

والمشبهات تنشط الشهية للاكلين وتنبه الحسارات الهاضمة ، كما أنها تتيح للطاهى وقتاً كافياً لتقديم الحساء ساخناً ، وأصناف المشبهات الشائعة هى : شرائح سردين ، أنشوجة رنجة ، الزيتون بأنواعه ، السالمون ، والمخللات ، البطارخ ، والطاطم. الخيار ، ومنها ما يعمل أشكالاً زخرفية كالبيض بأنشوجة ، أهرامات السردين ؛ الزيتون المحشو بالأنشوجة الخ . وعند الأمر بكيين كثيراً ما تحل أنواع معينة من الفاكهة محل المشبهات ، وأهمها الليمون الهندى والشمام وسلطة الفاكهة .

(ثانياً) الحساء soup : وهو من الأصناف الأساسية فى قائمة الطعام ، ويحسن اختيار أحسن الأنواع ويجب تقديمها ساخنة جداً - وفى الولايم العظيمة كثيراً ما يقدم صنفان منها أحدهما شاف ، ويقدم أولاً ، ثم يليه الآخر وهو النوع الشخين .

(ثالثاً) السمك Fish : وهو أيضاً من الأصناف فى قائمة الطعام ، ويقدم السمك عادة مسلوقاً ومغطى بصلصة سمكة كسمك المايونيز ، وفى هذه الحالة تقدم سمكة واحدة كبيرة . وإذا كان نوع السمك صغيراً فيقل أو يشوى ويقدم بمعدل سمكة لكل شخص وإذا احتوت القائمة على نوعين من السمك كما فى الولايم العظيمة وجب أن يكون أولها دسماً وثانيهما خفياً .

(رابعاً) صنف الإبتداء Entrée ويقدم فى أغلب القوائم وهو عبارة عن صنف كامل إذ يحتوى على اللحم والخضر والسوتيه والصلصة ، وهو ينتمى للأطباق المشكلة made up dishes ، ويجب العناية التامة فى أثناء تسويق هذا الطبق لئلا يكون مهوشاً . وينقسم قسمين : (١) ساخن . (٢) بارد .

وفى الحفلات التى يقدم فيها صنفان منه يقدم الساخن أولاً ثم البارد . وكل قسم منها ينقسم قسمين . خفيف - وراق - وإذا اقتصر على تقديم صنفين من قسم واحد (الساخن أو البارد) وجب تقديم الخفيف أولاً .

ومن الأصناف المشهورة التى تقدم عادة :

١ - الفطير الدسم المحشو بالدجاج المخلوط بالصلصة أو السجق أو اللحم المفرد بالصلصة وتقدم هذه الأصناف ساخنة .

٢ - الطيور المفردة أو المقطعة مخلوطة بصلصة جيدة وتقدم فى أصدايف أو ما يشابهها

٣ - بفتيك . ضلع وكرات من اللحم الناضج المفرد . الكستليتة والكفتة بأنواعها

٤ - اللحوم والطيور بالنقطة . ٥ - العجة بأنواعها والسوفليه الخ ،

(فامسا) **مقطع اللحم** Joint or Renove : وهو عبارة عن مقطع من اللحم (كيف أو نخذة إلخ) ويطهى بأبسط الطرق وتقدم الأصناف مع ما يلائمها من الخضضر (التي لا تذكر أسماءها في القوائم) ، وهذا الصنف أساسى فى قائمة الطعام ، وقد يحذف من القوائم الطويلة إلا فى المناسبات الخاصة كالحفلات الملكية إلخ .

(سارسا) **شرب سبه مثلج** Sorbet يقدم فقط فى المناسبات الخاصة وهو عبارة عن سائل شبه مثلج مكون من عصير الفاكهة ذات النكهة اللاذعة (١) ، ويقدم فى أكواب خاصة تعرف بأكواب الشامبانيا ، ويجب ألا يكون سميكاً حتى يسهل شربه ، والغرض من تقديمه إنعاش الجسم .
(سابعاً) **الطيور** Rêti : وهذا يتألف من طير مطهى فى الفرن (الريستو) أو من عدد من الطيور ، وقديماً كان يتحتم أن تكون هذه الطيور برية (طيور صيد) إلا أنها الآن استبدلت بها الطيور المنزلية .

ومن النادر وجود مقطع اللحم والطيور فى قائمة طعام واحدة .

(ثامناً) **الصنف الانتقالى** The Entremets : وهى الأصناف الخفيفة التى تقدم بعد الطيور وقبل الحلو ، وتنقسم ثلاثة أقسام :

١ - خضر من نوع راق . موجودة فى الموسم أو محفوظة وتقدم مع ما يلائمها من الصلصة أو تقدم محشوة . وهى إما ساخنة كالمحشوات والخضر بالصلصة أو باردة كالخضر بالكريمة والمحشوات الصلبة .

٢ - حلو : صنف مهم فى قائمة الطعام وقد يكون نوعاً من البودنج الراقى الخفيف مثل البابا والفواكه بالنقيطة والسوفليه - ويجب العناية التامة بزخرفتها زخرفة بسيطة رقيقة وقد تقدم باردة مثل الألبان الكريمة أو الفطائر أو السوفليه البارد إلخ وإن قدم نوعان منها وجب حسن اختيارهما والتنويع فيهما وأحياناً يقدم نوع من البودنج المثلج كحلوى باردة ، وفى هذه الحالة يحذف المثلج من القائمة .

٣ - **المملحات** Savoury : وهو غالباً عبارة عن نوعين أو أكثر من الجبن ومعه بسكوت بدون سكر . وقد تكون أنواعاً مملحة رقيقة المنظر شبيهة بالمشهيات . ويلاحظ اختلاف مواردها عن المشهيات ، وعادة تكون ساخنة كاللفطير الصغير بالجبن أو تكون من الأنواع

(١) وقد يضيف إليها بعض الأفرنج شيئاً من الخمر .

مصنوع كالبيض بالأنشوجة وبسكوت الجبن بالكرفس والكريمة الخ . وفائدة هذا الصنف للجسم المساعدة على الهضم وخصوصاً إذا كانت الجبن عنصراً أساسياً وهو آخر الأصناف ولكنه من أهمها .

(ثامناً) المشروبات : وقد تقدم في أطباقها الخاصة مع البسكوت الملائم

(عاشراً) الفاكهة : ويجب أن تكون متنوعة بقدر المستطاع وتختار أجود الأنواع وقد تكون طازجة كالبرتقال والموز والتفاح والكمثرى الخ أو جافة كالزبيب والتين الفاكهة المسكرة أو مكسرات مثل البندق واللوز المملح الخ .

(هادى عشر) القهوة : التركية أو الفرنسية وقد تكون باللبن أو الكريمة ، وعلى ذلك تختار قائمة الطعام الكاملة على :

1 — Hors d'oeuvre	١ — مشروبات	
2 — Soup	٢ — الحساء	
3 — Fish	٣ — السمك	
4 — Enret	٤ — لحم مع الخضر	
5 — Roast (Folul of Roti)	٥ — الرستو	
6 — Dreased Veg :	٦ — الخضر بالصلصة أو محشوة	
7 — Sweet	} Entrement	٧ — الحلوى المطهية
8 — Savoury		٨ — الجبن الخ
9 — Ice		٩ — المشروبات
10 — Dessert		١٠ — الفاكهة الخ
11 — Caffé		١١ — القهوة

قائمة طعام لحفلة منزلية

حساء أو سمك . لحم بالخضر أو طيور . حلوى مطهية . الجبن أو خلافة . القهوة أو الفاكهة أو كلاهما .

وجبات الطعام

أربع أو ثلاث في اليوم أو خمس حسب عادة البلد ، وهي :

فطور ، غداء ، شاي ، عشاء ، وقد تكون الأكلة الخاصة بين الفطار ووجبة الغداء .

وجبة الفطور

وجبة الفطور هي الأولى وبعقبها معظم العمل الفكري والجسمي وجميع المجهودات لذلك وجب أن يراعى فيها الآتي :

- ١ - احتواءها على جميع المواد الغذائية السهلة الهضم .
- ٢ - أن تكون الكمية مناسبة لطول الفترة بين وجبة الفطور والغداء .
- ٣ - تقدم الأصناف الساخنة في فصل الشتاء .
- ٤ - اختيار الأصناف البسيطة التي لا تحتاج إلى مجهود في إعدادها .
- ٥ - يحسن تقديم الفاكهة أو العصير المصنوع .

قوائم الفطور

- ١ - ليمون هندي ، بيض بالسجق ، زبد ومرابي ، شاي ولبن .
- ٢ - خشاف فاكهة ، فول مدمس ، توست ، زبد وعسل أبيض ، شاي ولبن .
- ٣ - عصير البرتقال ، شعيرية باللبن والسكر ، جبن حلوم ، قهوة باللبن .
- ٤ - بيض مقلي في الماء . قشدة وعسل أبيض ، شاي ولبن وكعك .
- ٥ - عجة ، توست بالزبد والمربي . قهوة باللبن . يوسفى .
- ٦ - كفتة سمك ؛ زبد ومرابي . كاكاو باللبن .
- ٧ - تفاح . بيض مضرب (برشت) توست ومرابي . قهوة باللبن .
- ٨ - كويكر أو تيس باللبن ؛ بيض . توست ؛ مرابي . شاي ولبن .
- ٩ - فطيرة ؛ قشدة وعسل أبيض ؛ جبن حلوم ؛ شاي ولبن .
- ١٠ - بليلة . بيض بالبطرمة ، شاي ولبن .
- ١١ - عصير طماطم (محلى خفيفاً بالسكر) سمك مشوى . توست وزبد ؛ وشيكولاتة باللبن والبسكوت .

وجبة الغداء

وتعتبر أهم وجبة في البلاد الشرقية ويجب أن تحتوى على اللحم وخضر ونوع من الحلوى

كما يجب أن تحتوى على المواد الغذائية التى تجعلها وجبة مستوفاة من جميع نواحيها، مع ملاحظة كفاية الكمية تبعاً للسن والمجهود والحالة الصحية والمالية .

قوائم الغذاء

منها ما هو بسيط للأكلات اليومية ومنها ما تعددت أصنافه وذلك فى القوائم . وفى قوائم القوائم يلاحظ اختيار الأصناف وترتيب تقديمها على حسب ما ذكر فى القوائم الكاملة أو على حسب ما تقتضيه الأحوال .

قوائم الغذاء الصيفى

- ١ - بفتيك ، سلطة خضر ، طماطم محشو ، قالب شيكولاتة .
- ٢ - حمام مشوى محشو ورق عنب وسلطة ابن زبادى ، فاصوليا خضراء ، ألماطية ابن .
- ٣ - دجاج محمر وبطاطس ، سلطة خضراء ، قرع مكور ، بلح الشام .
- ٤ - رستو ضأن بارد ، صلصة النعناع ، سلطة خضراء . باذنجان (أبيض) محشو ، قمر الدين مطبوخ .
- ٥ - رستو مفروم بالتراب ، سلطة خضراء ، مسقعة باذنجان ، ترافل .
- ٦ - دجاج بارد ، مخلل ، بامية بالطماطم ، أرز سلطة فاكهة .
- ٧ - قالب الدجاج بالأماسية ، سلطة خضر ، طبق محشوات ، فراولا بالكريمة .
- ٨ - جيلانين اللحم ، بسلة سوتية ، محشو ورق سلق مع اللبن الزبادى ، فاكهة مطبوخة .
- ٩ - مشويات متنوعة ، إسباجتى بالصلصة (طماطم) والجبن ، كوسة بالزيت والليمون ، مانجو .
- ١٠ - طاجن اللحم بالخضر ، خس بالمايونيز ، أماسية فراولا بالكريمة .

قوائم الغذاء الشتوية

- ١ - مشهيات ، حساء الطماطم ، سمك مقلى ، طاجن أولندى ، فاكهة .
- ٢ - مكرونة باللبن والجبن ، كستلية مشوية ، أسفاناخ بالبيض ، تفاح بالقشدة .
- ٣ - حساء دجاج ، دجاج محمر وبطاطس ، بسلة سوتية ، محشو قرع ، عيش سرايا .
- ٤ - سمك مايونيز ، سلطة خس ، دقة قنيط ، سلطة فواكه بالكريمة .

- ٥ - ضلع باللحم المفري ؛ خروشوف باللبن ؛ فطير محشو ؛ يرتقال .
- ٦ - فتيك بقرى بالخضر السوتية ، بسلة مطبوخة ؛ أرز ؛ بودنج التين .
- ٧ - حساء بالنزيرة ، دجاج بالحاج أرز ؛ مسقعة قرع ، بودنج البابا .
- ٨ - سمك طراطوز ، أسفاناخ بالعصاج ، بودنج الخبز بالزبد .
- ٩ - كفتة لحم وبطاطس بيوريه وصلصة طماطم ، خروشوف بالدمعة ، بودنج القصر مع صلصة المربي ، قهوة .
- ١٠ - حساء البازل ، رستو ملفوف بالحشو الزائف وبطاطس ، طماطم محشو طبق فطير بالفاكة (فلان) .

ملحوظة : في البلاد الأوربية تكون وجبة الغذاء غالباً خفيفة وتسمى Lunch .
وفي هذه الحالة يعتمد على وجبة المساء التي تكثر أصنافها وتسمى Dinner .

قوائم وجبة الغذاء الخفيفة Lunch

- ١ - حساء الطماطم ، ساندوتش ، بالزبد ، كسترده .
- ٢ - مكرونة باللبن والجبن الرومي ، قطعة خبز ، فاكهة .
- ٣ - حساء البطاطس ، ساندوتش مختلف ، كوبة لبن .
- ٤ - كشك ألماظ بالصلصة البيضاء ، قطعة كيك .
- ٥ - جبيري ، سلطة خضر ، فاكهة .

وجبة الشاي

وموعدها بين الساعة الرابعة إلى السادسة ، وتختلف الأصناف التي تقدم بها على حسب عادة البلد ، وقد يختلف تجهيزه تبعاً للناسبات وعادة يتكون من :

(١) ساندوتش مختلف (٢) إسكنز (٣) بسكوتات مختلفة (٤) تورتة (٥) سويسرول أو نوع من الكيك (٦) فاكهة طازجة (٧) شاي ولبن .

وقد يقدم الشاي بعد الساعة السادسة ويسمى حينئذ High Tea وتراد فيه أصناف أخرى كأطباق البيض والفطائر وسلطة الفاكهة بالكريمة والمنابعات الخ .
وفي هذه الحالة يستغنى عن وجبة العشاء .

قائمة شاي يومية : حبز أسمر أو أبيض بالزبد والمربي ، أو ساندوتش بالطماطم ؛
والنخار أو الجبن ؛ بسكوت ؛ كيك أو سويسرول ؛ شاي ولبن .

فأتمه لفحة الشاي : ساندوتش بالأنشوجة : بالجبن : بالدجاج : بقلادة بالفسق :
بسكوت الزنجبيل : وبق فور : بتون ساليه : تورتة بالجوز : كيك بالفاكهة : فاكهة
طازجة : أو سلطة فاكهة : شاي ولبن .

وجبة العشاء

وتعتبر أهم وجبة عند العمال والأشخاص الذين تضطربهم الأحوال إلى تناول غداء
خفيف Lunch . وفيما عدا ذلك فأصناف العشاء يجب أن تكون خفيفة : سهلة الهضم
ولا تحتاج إلى مجهود في تجهيزها لأننا تقدم عادة متأخراً وتسمى حينئذ Supper

قوائم عشاء صيفية

- ١ - مشبات : دجاج محمر بالصلصة والخضر ؛ سلطة خيار ؛ فاكهة .
- ٢ - مخ بالبيض والبقسماط ؛ سلاطة خضراء ؛ قرع بالصلصة البيضاء ؛ سلطة الفاكهة
- ٣ - حمام مشوى ، طماطم ، إسباجتى بصلصة طماطم ، وجبن ، سلطة الفاكهة
- ٤ - جمبرى بالمايونيز ، كامخ الحنص ؛ فاصوليا سوتيه ؛ مهلبية بالفسق .
- ٥ - كستليمه مشوية ؛ فاصوليا سوتيه ؛ ضلعة ؛ خشاف القرع العسلى .
- ٦ - سحبق بالفطير ؛ لبن زبادى ؛ المماسية القراسيا .
- ٧ - لحم بارد ؛ كامخ ؛ جبن رومى وتوست ؛ خشاف فاكهة وجانكت .
- ٨ - دجاج رستو وبطاطس ؛ كشك الماظ بالزبد ، جيلاتى مشكل .
- ٩ - عصير طماطم مثليج ؛ لسان بارد كامخ الشيكوريا ، كثرى .
- ١٠ - حساء شاف ؛ جلانين اللحم . بصل بالصلصة البيضاء ، بطيخ مثاج .

قوائم عشاء شتوية

- ١ - فطير بالجبن ، كرفس بالجبن ، كرفس بالدجاج ، طماطم . فاكهة .
- ٢ - حساء عدس ، سمك مقلى ، بودنج الكنارى بصلصة الليمون .
- ٣ - مشبات : لحم ضأن رستو وبصلة سوتيه ، كامخ البطاطس : فاكهة .
- ٤ - حمام مشوى وطماطم ، خرشوف بالزبد ، خشاف القراسيا وكترده .
- ٥ - مخ مقلى ، أسفاناخ بيوريه ، مكرونة إسباجتى ، كنافه بالقشدة .
- ٦ - كبدة محمر طاجن إيرلندى فاكهة .

- ٧ - حساء خضر ، كفتة سمك ، كسترده بالسكرملة .
 ٨ - رستو الطيور ، قنييط بالصلصة البيضاء ، فطير التفاح .
 ٩ - حساء الطماطم ، لحم بالصلصة البني والبطاطس البيوريه . بودنج البرتقال .
 ١٠ - حساء خضر مصفاة باللبن ، قالب اللحم بالفطير ، أو بلبن .

قوائم عشاء خفيفة Supper

- ١ - ساندوتش ، كامخ (سلطة) الفاكهة . كوب لبن .
 ٢ - بسكوت الجبن بالزبد ، خشاف تين أو خوخ .
 ٣ - كامخ الخس بالصلصة الفرنسية ، خبز بالزبد ، جيلاتى .
 ٤ - عجة ، خبز بالزبد ، كوب شيكولاته باللبن .
 ٥ - طماطم محشوة ؛ جبن ؛ قهوة . ٦ - كلاوى على توست ، قهوة باللبن .
 ملحوظة : فى الأسر المصرية كثيراً ما يستغنى عن طهى عشاء مختلف ، ولذا تقدم الأصناف التى تبقت من طعام الغذاء إما بعد تنويعها أو كما هى ، بإضافة بعض أصناف بسيطة كالجبين ، والخيار ، واللبن الزبادى ، والمربى إلخ .

الولاتم

تتعدد أصنافها عما تقدم فى القوائم اليومية ، وفيها يجب مراعاة الشروط التى ذكرت فى عمل القوائم .

قائمة وليمة فاصدة	وليمة صيفى	وليمة شتوى
١ مشروبات : سردين - زبون أخضر - مخللات	مشروبات : كافيز ، دهاطم ، خيار	حساء الطماطم
٢ حساء الطيور الشاف	حساء هولاندى	سمك موسى مقلى
٣ سمك مايوفيز	جزر سمك فاروس	لحم رستو بالصلصة والخضر السوتية
٤ فطير بالاعم والخضر	لحم بفتيك - صلصة طماطم	فراخ محمرة وبطاطس
٥ ديك روى الخضر السوتية	- بطاطس بيوريه	محشوات (طماطم - فرع)
٦ ضلعة	حمام مخلى محشو	بودنج البابا أو كسترده بالسكرملة
٧ كريمة السكرينة بالفراولا	كشك المايط بالصلصة	بسكوت بالجبن
٨ بسكوت الجبن بالكرفس والكريمة	الملاطية شافة بالفاكهة	فواكه - مكسرات
٩ جيلاتى	كريمة بالأنشوجة على البسكوت	قهوة
١٠ فواكه - مكسرات	فاكهة - مكسرات	قهوة
١١ قهوة	قهوة	قهوة



كانت طرق حفظ الأطعمة شائعة عند قدماء المصريين ولكنها لم تعرف ولم تنتشر بل حفظت ضمن أسرارهم ، ثم ازداد النسل وكثر التعداد ففكر الإنسان في الطرق التي تمكنه من حفظ ما يزيد على حاجته لوقت الضرورة ، ولم ترد هذه الطرق حينئذ على التجفيف في الشمس أو الحفظ بالملح والخل ، ثم تقدمت البحوث إلى أن وصلت إلى طرق حديثة متعددة

فوائد حفظ الأغذية

لحفظ الأغذية فوائد كثيرة منها :

- ١ - حفظ ما يزيد على حاجة الإنسان من الأغذية لاستعمالها في أوقات تنعدم فيها أو تقل ، وبذا يمكن الحصول عليها طول العام .
- ٢ - توفير مبالغ عظيمة وهي ما يستورد من محفوزات الخارج .
- ٣ - تصدير ما يزيد على حاجة البلاد من هذه المحفوزات للمناطق التي تندر بها أو تنعدم منها ، وهذا مما يزيد في ثروة البلد .
- ٤ - إمداد العمال والأفراد الذين يشتغلون في جهات بعيدة حيث لا يمكن أن تصل إليهم الأغذية طازجة سليمة من التلف .
- ٥ - تساعد على تموين الجيوش وقت الحروب .

طرق الحفظ

تحفظ الأطعمة بطرق متعددة وهي :

- ١ - بالتجفيف
- ٢ - بالتعقيم
- ٣ - بتفريغ الهواء .
- ٤ - بالتبريد
- ٥ - بإضافة مواد مانعة للفساد .
- (١) إضافة السكر .

- (ب) إضافة بعض المواد الكيميائية وأشهرها بنزوات الصوديوم .
(>) إضافة الملح والخل .

أولا - التجفيف

هو التقليل من نسبة الماء التي في المادة حفظها لتتحمك طويلا بدون تلف لأن الرطوبة هوطن ملائم لنمو البكتيريا .

طرق التجفيف : للتجفيف طريقتان :

(أ) الطريقة الطبيعية : وفيها تعرض المواد الغذائية لحرارة الشمس كافي تجفيف الملوخية والبامية والنعناع ، أو تعرض للحرارة الصناعية (النار) كما في تجفيف البلح في الأفران ، ولكن هذه الطرق تفقد المادة كثيراً من خواصها .

(ب) الطريقة الحديثة : وهي تجفيف الفاكهة والخضرمع الاحتفاظ بنحو اصها مدة طويلة كاللون والشكل والرائحة ، ويستعان على ذلك باستعمال مواد كيميائية خاصة .

الباميا

- ١ - تلتخب الثمار الصغيرة وتغسل عدة مرات ثم تجفف جيداً .
- ٢ - يقطع الجزء العلوى منها (تقمع) ثم تنظم (تلتضم) بخيوط وتعلق في الهواء في مكان به ظل حتى تجف تماماً . تحفظ في علبة نظيفة أو في كيس قماش .

البازلاء

- ١ - تلتخب الثمار السليمة وتغسل ثم تفحص .
- ٢ - توضع الحبوب في مقدار من الماء المغلى المضاف إليه بيكربونات الصوديوم بنسبة ٢ جرام لكل لتر ماء . تلتش من المحلول وتلتشر في الظل حتى تجف تماماً ، ثم تحفظ في علبة نظيفة أو كيس قماش .

الملوخية

- ١ - تغسل الملوخية وتقطف أوراقها ثم تغسل ثانياً .
- ٢ - تفرد الأوراق على قطعة نسيج نظيفة أو غريال وتترك في مكان به ظل متجدد

- الهواء وتقلب آناً حتى تجف تماماً .
- ٣ - تفرك وتخزن في أكياس من القماش أو علب محكمة الغطاء .
المنعناع - المقدونس - الكسبرة الخضراء .
تجفف كاللوزية الخضراء .

الشطة

- ١ - تفرز القرون الحمراء وتمسح جيداً أو تغسل وتجفف تماماً .
- ٢ - تنشر حتى تجف تماماً مع تقلبها آناً .
- ٣ - تسحق حتى تصير ناعمة ثم تحفظ في علب محكمة الغطاء .

ثانياً - التعقيم

ويقصد به رفع درجة حرارة المادة المراد حفظها بدرجة كبيرة لقتل جميع الميكروبات والبكتيريا ، وتتبع هذه الطريقة في حفظ الخضر والفواكه وأحياناً المرببات والشراب .
ويستعمل لهذا الغرض وعاء التعقيم الخاص ، وقد يستعاض عنه بإاء متسع عميق ويوضع في قاعه طبقة من الخشب أو القش أو الورق المقوى أو القماش .

طريقة إجراء العملية :

- ١ - يملأ المعقم والإناء المعد بحيث يصل إلى ثلاثة أرباع الأوعية المراد تعقيمها وقد يغطى الماء كما في تعقيم بعض أنواع الفواكه والخضر .
- ٢ - توضع الأوعية بداخل المعقم ، وإذا كانت من البرطمانات ذات الغطاء اللولبي لا يحكم غطاؤها إلا في منتصف مرحلة التعقيم ليتمكن خروج الهواء المتمدداً بارتفاع الحرارة أما في حالة استعمال الغطاء الماسك فلا يوضع الغطاء إلا في منتصف مدة التعقيم .
- ٣ - يغطى الإناء ثم يرفع على النار الهادئة .
- ٤ - يستمر الإناء على نار هادئة ، وبذا ترفع درجة حرارة المادة وتعقيمها تدريجاً لقتل البكتيريا ، لأن الارتفاع الفجائي لحرارته يؤدي إلى كسر الأوعية الزجاجية وتشويه شكل المادة المعقمة بتمزيق غلافها وتجمعها في كتل تطفو على السطح وتراوح مدة التعقيم بين ¼ ساعة إلى ساعتين على حسب المادة المراد تعقيمها .

٥ عند الوصول لدرجه حرارة التعقيم الملائمة للمادة المراد تعقيمها يستمر عايتها للمدة المقررة .

- ٦ — تختلف درجة حرارة التعقيم بين ٧٠ - ١١٠ ستجراد على حسب النوع .
٧ — ترفع الآنية بعد إنتهاء تعقيمها باحتراس ، ويجب اجتناب تعرضها لتيار الهواء لحايتها من الكسر ، وكذا توضع على قطعة من الخشب أو السكرتون أو القماش .
٨ — يصب على سداد الزجاجات وهى ساخنة كمية من الشمع خولاً من تسرب بعض الميكروبات والهواء لداخلها . وقد يكرر التعقيم أكثر من مرة .

حفظ الفاكهة

لحفظ الفاكهة ثلاث طرق : حفظها فى الماء أو فى الشراب أو بدون استعمال الماء أو الشراب (أولا) الطريقة الاولى - الحفظ فى الماء :

- ١ — تلتخب الثمار السليمة الغير كاملة النضج ، تغسل ثم تجهز على حسب نوعها .

٢ — تنعم أوانى الحفظ بإغلاؤها

فى الماء وتملأ بالفاكهة بحيث

لا تسقط من الإناء عند قلبه

ويستعان على ذلك باستعمال

قطعتين من الخشب الرفيع جداً

الغير الحاد الأطراف ، وذلك

فى الفاكهة الصلبة ، أما فى

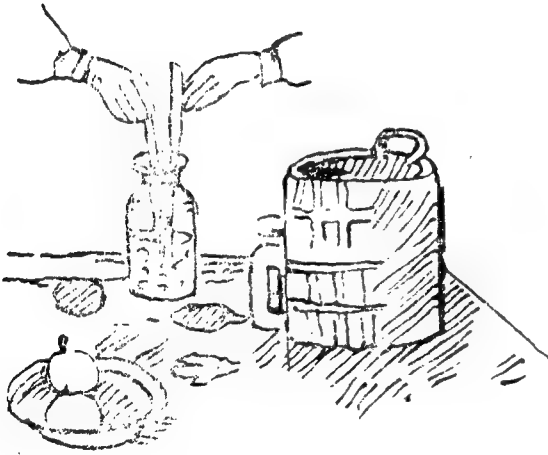
اللينة فيمكننى بهز الإناء

٣ — يملأ الإناء بالماء البارد

حتى يطفو ، وتوضع طبقة المطاط (الكاوتشوك) ثم تقفل الأوعية إقفالاً غير محكم لتسمح بالتدد حتى لا يكسر الوعاء .

٤ — يوضع الإناء فى المعقم بحيث يغطيه الماء البارد .

٥ — يسخن المعقم ببطء تدريجياً حتى درجة الحرارة من ١٥٠ - ١٨٠ فهرنهايت



- على حسب نوع ودرجة نضج الفاكهة ، ويستمر على الحرارة المطلوبة مدة من
- ٥ - ١٠ دقائق وتستغرق هذه العملية من ١ ¼ - ساعتين .
 - ٦ - ينزع الإناء بعد تعقيمه ويقفل بسرعة لإقفالا محكماً ويعاد على إقفاله آنفاً فـ آ نا .
 - ٧ - تكرر عملية التعقيم مرة ثانية في اليوم التالي .

(ثانياً) الطريقة الثانية - الحفظ باستعمال الشراب :

- ١ - تتبع الطريقة الأولى في التحضير .
- ٢ - يجهز الشراب (من ١ كيلو سكر، مل ٢ كوب ماء) ويغلى مدة ١٠ دقائق - يصفى ويترك حتى يبرد . يستعمل في ملء أوعية الفاكهة بدلاً من الماء وتتم العملية كالسابق .

(ثالثاً) الطريقة الثالثة - الحفظ بدون استعمال السائل :

- وتتبع عند حفظ الفاكهة اللينة، مثل الفراولا والتوت، وفيها تعقم الفاكهة في تصاراتها أى بدون استعمال سائل آخر، وفيها يتبع الآتى :
- ١ - تملأ الآنية بالفاكهة وتغطى بالغطاء ثم توضع في إناء التعقيم بحيث تصل المياه إلى ما قبل الحافة بخمس سنتيمترات منعاً من دخول المياه للفاكهة .
 - ٢ - تعقم بالطريقة المعروفة إلى أن تصل لدرجة ١٦٠° فرنهيت فتملأ آنية بأخرى بغاية السرعة لملئها وهكذا . نقفل الآنية وتكرر العملية مدة ٥ دقائق .
 - ٣ - في اليوم التالي تكرر عملية التعقيم فقط .

حفظ الخضر

تحتفظ الخضر داخل أوعية معقمة تعقيمها ناماً، وتحتاج الخضر في تعقيمها الحرارة مرتفعة ولمدة طويلة ، والمدة المقررة هي حوالى ١ ½ ساعة بعد وصول المياه لدرجة الغليان .

طريقة حفظ الخضر الخضراء : (مثل . البازلاء ، الفاصوليا : ورق العنب ؛ السلق اح .

- ١ - تلتخب الخضر الطازجة السليمة الصغيرة السن وتغسل بماء بارد وتحضر على حسب نوعها .
- ٢ - تغمر الخضر في ماء مغلى مضاف لكل لتر منه ملعقة شاي ملح وذرة بيكر بونات

- الصوديوم وترفع على النار لتغلي ثانياً مدة ٢: ١٠ دقائق على حسب نوع الخضر
ثم تصفى من الماء وتشطف بالماء البارد وتوضع في وعاء ماء بارد وتترك حتى تبرد
٣ - تصفى من الماء وتملأ بها آنية الحفظ المبللة ، ويلاحظ عدم كبسها بالخضر لئلا
تتهشم عند كبر حجمها في أثناء التعقيم .
٤ - تملأ بالمحلول الآتى للحفاظة على لونها لاخضر .

المقادير : لتر ماء مغلى ، ملء ملعقة شاي من مسحوق البور كس ، ملعقة شاي من الملح ،
ملعقة شاي من بيكربونات الصوديوم ، ويزاد على هذا المقدار في حفظ البازلاء
قطعتان من السكر وقطعه نعناع .

الطريقة : تذاب المقادير السابقة في الماء المغلى وتبرد قبل الاستعمال .

- ٥ - أو تملأ بالماء البارد المضاف إليه ١/٢ ملعقة لكل ١٠ كيلو خضر ، بدلا من
المحلول السابق .

٦ - يوضع الغطاء الزجاجي وتقفل إقفالا غير محكم .

٧ - تجرى عملية التعقيم كالسابقة مدة ١٣/٤ - ساعتين .

٨ - تفتح آنية الحفظ ويفرغ منها المحلول (في حالة استعماله) ويستبدل به الماء .

٩ - تعقيم الآنية ثانياً مدة ١٠ دقائق .

١٠ - يعاد التعقيم في اليوم التالى مدة ١٠ - ١٥ دقيقة تخزن في مكان بارد

طريقة حفظ الخضر البيضاء الخرشوف . الكرفس الخ .

١ - تغسل الخضروات وتحضر على حسب نوعها وترص في أوعية التعقيم .

٢ - تملأ الأوعية بسائل مكون من : ١/٢ ملعقة شاي من الملح وقطعة سكر لكل لتر

ماء أو ملعقة كبيرة من عصير الليمون لكل لتر ماء وذلك لحفظ لونها الطبيعي

٣ - تتم عملية التعقيم كالسابق .

ثالثاً - الحفظ بتفريغ الهواء

من الضروري جداً تفريغ الهواء من الأوعية المملوءة بالمواد المحفوظة حتى تضمن

لها جواً خالياً من البكتريا التى تسبب تلفها - ولتفريغ الهواء توجد أجهزة خاصة وقد

يستعاض عنها في المنزل برفع درجة الحرارة كما في التعقيم .

رابعاً - الحفظ بالتبريد

التبريد هو خفض درجة الحرارة بدرجة كبيرة تؤدي إلى إيقاف نمو تكاثر البكتيريا وفي بعض الأحيان تهلكتها ، وتختلف درجة إنخفاض الحرارة باختلاف النوع المراد حفظه ، ويستعمل للتبريد الثلجات العادية أو الكهربائية فيحفظ بها الطعام في درجة حرارة منخفضة فتمكث طويلاً بدون تلف . والمواد التي تحفظ بهذه الطريقة يحسن استعمالها عقب خروجها من الثلجات مباشرة وإلا تلفت بسرعة لتعرضها للجو .

خامساً - الحفظ بإضافة المواد المانعة للفساد

إضافة السكر

يستعمل السكر مادة حافظة للفاكهة ومنتجاتها ، وذلك للأسباب الآتية .

١ - إظهار الطعم الطبيعي المميز لكل نوع من أنواع الفاكهة ، على شرط ألا تكون نسبة السكر كبيرة .

٢ - يحفظ اللون الطبيعي للفاكهة . خصوصاً الفاكهة القرمزية اللون والحمراء كالتشليك والبرقوق .

٣ - يعمل على صلابة أنسجة ثمار الفاكهة حتى لا تلتف خواصها بفعل الحرارة المرتفعة المستخدمة في عمليات الطبخ والتعقيم ، وحتى تتحمل تأثير عمليات النقل والشحن دون أن تنهم في حالة حفظها في علب .

٤ - يكسب للفاكهة طعماً حلواً ، وخصوصاً في الثمار الحامضية ، ويستعمل السكر في حفظ الفواكه في حالة شراب أو مربى أو فواكه مسكرة أو محفوظة .

المربيات

يطلق اسم المربيات على المخلوط المكون من ثمار الفاكهة أو الخضر المطهية مع السكر في درجة حرارة مرتفعة والمعبأة في أوان زجاجية أو في علب من الصفيح .
وكلمة مربيات تطلق على أنواع مختلفة من المنتجات الزراعية التي يمكن تقسيمها على حسب طرق صنعها للاقسام الآتية :

- (١) المربي . (٢) الجيلي . (٣) المرملاذ .

المربي

عبارة عن ثمار الفاكهة أو الخضر الكاملة أو المجزأة أو المهروسة المخلوطة بالسكر والماء بالحرارة المرتفعة إلى أن يغلظ قوامها ويتحول إلى قوام متوسط اللزوجة ، ولا يشترط في المربيات احتفاظ الثمار المستعملة في صنعها بشكلها الطبيعي .

النباتات التي تستعمل في عمل المربي

قدما كانت المربيات مقصورة على استعمال ثمار الفاكهة ، غير أنه الآن تستخدم بعض الخضر والأزهار .

وجميع أنواع الفاكهة تصلح لعمل المربي ، إلا أنه يفضل استعمال المواد الغنية بالبكتين المسمى : مادة كربوهيدراتية توجد في معظم ثمار الفاكهة والخضر بمقدار يتراوح ما بين ١ر ، ٥ر . ويكثر في العفوق والتفاح والارنج والسفرجل ، ويقل في الشليك والخوخ ، ويزداد وجوده كلما طال طول النضج حتى ما قبل اكتماله تماما ، ثم ينخفض مقداره بها بعد ذلك .

وهذه المادة هي التي تكسب المربي قوامها اللزج ، ولذا يختلف قوامها ولونها وطعمها تبعا لنقص أو زيادة مادة البكتين التي في النبات المستعمل وعلى كمية الحموضة ونسبة المادة السكرية التي بها .

القواعد العامة لعمل المربي

(أولاً) تحضير النباتات :

(١) الفا كهة :

١ - يجب أن تكون طازجة سليمة من العطب تامة النضج تقريباً .

٢ - تفرز الفا كهة وتجهز على حسب نوعها .

(أ) فالثمار الرقيقة كالشليك والتوت تفرز وتزال أعناقها ثم تغسل تحت رذاذ دقيق من الماء ثم تعرض للهواء .

(ب) الفا كهة ذات القشور السميكة تفرز وتغسل ثم تقشر كما في التفاح والكمثرى

(ج) الفا كهة ذات القشور الرفيعة كالشمش والبرقوق تفرز وتغسل ثم تهرس جيداً بعد فصل بذورها بدون تقشيرها ثم تصفى لإزالة أليافها .

(٢) الخضرة : والمستعمل عادة الجوز بأنواعه والقرع العسلى والطماطم والباذنجان .

تقشر ثمار القرع العسلى والجوز وتزال بذور القرع وتزال كؤوس الباذنجان وتهرس ثمار الطماطم وتفصل القشور والبذور منها .

(٣) أزهار النباتات : والمستعمل عادة زهر اللارنج والليمون والبرتقال والورد .

١ - يجب قطفها قبل اكتمال تفتحها .

٢ - تزال الأعناق الخضراء والكؤوس الزهرية .

٣ - تزال أعضاء التلقيح الخيطية الشكل .

(ثانياً) السكر :

يجب استعمال نوع جيد من السكر وأحسنها سكر القصب، ويتوقف المقدار المستعمل

على عدة اعتبارات هامة :

١ - نوع الثمار المستخدمة . ٢ - مدى اكتمالها للنضج ٣ - رغبة المستهلكين

ويضاف السكر للثمار بعد تجهيزها ثم وزنها ، والنسبة المستعملة عادة .

في الثمار الحامضة ، مثل الشمش والبرقوق .

مقدار من السكر لمقدار من الفا كهة .

في الثمار الحلوة قليلة الحوضة ، مثل الخوخ والعنب :
٢ مقدار من السكر لمقدار من الفا كة .
وإذا قلت كمية السكر على المقدار السابق تأفت المربي بسرعة وإذا زادت عنها أدت
إلى تسكيرها (قبلورها) .

(ثالثاً) الماء وعصير الفا كة : في الفا كة الغنية بعصارتها كالأشليك لا يحتاج الأمر
لاستعمال الماء ولكن الفا كة اللحمية كالنفاح والخبوخ والبلح والمشمش والبرقوق يحتاج
إلى قليل من الماء حوالي (٢ كوب) لكل كيلو سكر ، ويمكن إضافة قليل من عصير
فا كة لزيادة كمية البكتين وتحسين النكهة ، وكذلك يمكن إضافة عصير الفا كة المستعملة ،
وفي كلتا الحالتين يزداد مقدار السكر بمعدل ١ كيلو سكر لكل مل ٢ كوب من العصير .

(رابعاً) الحزن المستعمل : يجب أن تكون نظيفة جافة ومن نوع جيد ، وتتخذ من
النحاس أو الحديد المطلي بالقصدير أو الألومنيوم ، ويجب أن يكون معدنها سميكا مانع حرق المربي .
يستعمل في تقليب المربي ملحقة كبيرة من الخشب أو الفضة ، ويجب اجتناب استعمال
الملاعق الحديدية لأنها تفسد طعم ولون الفا كة .

(خامساً) طريقة عمل المربي : تعمل المربي بثلاث طرق :

١ - ترفع الفا كة على النار مع القدر المعين من الماء لاستخراج عصير الفا كة
وللبوتما (وهذه تنفع في أنواع الفا كة الصلبة كالخبوخ والبلح والنفاح) ،
ثم يضاف السكر ويغلى الجميع معاً .

٢ - يعمل محلول سكري من السكر والماء ويضاف إليه الفا كة ، وهذه الطريقة
تعمل على حفظ شكل ولون ونكهة الفا كة المستعملة كالحزور الخ .

٣ - توضع الفا كة مع السكر في طبقات متبادلة بشرط أن تكون الطبقة الأولى من
الفا كة ، وتتبع هذه الطريقة في الفواكه الغنية بعصارتها كالأفراولا والتين .

(سادساً) الشروط الواجب مراعاتها أثناء طهي المربي :

- ١ - تطهى المربي على نار هادئة لأنها عرضة للحرق بسرعة .
- ٢ - يجب ملاحظة إتمام إذابة السكر قبل بدء المربي في الغليان .
- ٣ - تزال المواد الطافية على السطح (الريم) التي يتكون الجزء الأكبر منها من مواد
(٥٠ - طهي)

بروتينية ، ويجب اجتناب الإسراع في إزالتها ، لأن ما يطفو على السطح في بادئ الأمر ما هو إلا رغوة ، وإهمال إزالة الريم يفسد اللون لتسربه في مكونات المربي وإذا تسرب جزء من الريم للمربي أمكن إزالته بإضافة مقدار ملعقة كبيرة من الماء البارد لتساعد على رفعه إلى السطح ثم إزالته وانقطاع ظهور الريم دليل على قرب نضج المربي .

٤ - تقلب المربي باستمرار حتى وصلت لدرجة الغليان ، ويلاحظ التقلب بخفة في حالة الرغبة في بقاء الفاكهة صحيحة .

٥ - تترك لتغلي بسرعة .

٦ - المدة المقررة لنضج المربي بعد غليانها هي مدة ٢٥ - ٣٥ دقيقة ، على أن هذه المدة تختلف تبعاً لنوع وصلابة الفاكهة وقوة النار المستعملة .

٧ - يستعمل عصير الليمون بمعدل ملعقة كبيرة لكل كيلو سكر ، أو ملح الليمون بمعدل من ٢ - ٤ جرامات لكل كيلو سكر ، ويضاف للمربي قبل تمام نضجها بثلاث دقائق .

(ملاحظة) اعتباراً من نضج المربي : يوضع قليل من المربي على طبق نظيف جاف وتترك لتبرد ، فإذا حافظت على قوامها وانكشف سطحها دل ذلك على تمام نضجها .

(ملاحظة) التعبئة :

١ - تجهيز الأوعية اللازمة للتعبئة ، وهي عبارة عن برطمانات زجاجية أو فخارية أو علب من الصفيح ، ويجب أن يكون زجاج البرطمانات من نوع جيد حتى تتحمل حرارة المربيات أثناء التعبئة وأن تكون ذات غطاء محكم له حلقة من المطاط على سطحه الداخلي تمنع تسرب الهواء الجوي للداخل .

٢ - يجب أن تكون الأوعية جافة تامة النظافة ، ويجب تسخينها قبل التعبئة مباشرة حتى لا تتشقق جدرانها .

٣ - تعبأ المربي وهي ساخنة إلى ما قبل حافتها بنصف بوصة ويمسح كل ما يتساقط بخرقة مبللة بالماء الساخن .

٤ - نقص حلقة مستديرة من الورق الشمعي ونغمس في الغول (الاسبرتو) ثم نوضع تواتاً على سطح المربي .

٥ - ينظى الإناء بنظاء محكم .

« ثانياً » التعميم : المربيات في العادة لا تعقم نظراً لارتفاع نسبة السكر بها المانعة لفسادها ، ولكن زيادة في الاحتراس قد تعقم مدة لا تزيد على ١ ساعة في درجة حرارة قدرها ١٠٠° فهرنهايت .

« ثالثاً » التبريد والتجفيف والتعزيم : تترك الأواني بعد التعميم لتبرد ويتم جفافها ثم تخزن في مكان بارد متجدد الهواء مع ملاحظة إلصاق البطاقة الدالة على نوعها .
مربي الفراولا رقم (١)

المقادير :

ملعقة كبيرة من عصير ليمون	كيلو فراولا معدة
لون أحمر ، إذا احتاج الأمر	من ٢ - كيلو سكر سنتر فيش

الطريقة :

- ١ - تغسل الفراولا جيداً بالماء البارد .
- ٢ - تزال الأعناق الخضراء وتغسل ثانياً ثم تشر حتى تجف نوعاً وتوزن .
- ٣ - توضع الفراولا مع السكر في طبقات متبادلة وتترك مدة لا تقل عن الساعتين (يستعمل لذلك إناء من الفخار المطلي أو الصيني أو الصاج) .
- ٤ - ترفع على نار هادئة مع التقليب بخفة حتى يتم ذوبان السكر ثم ترفع درجة الحرارة نوعاً وتترك تغل مدة ١٠ دقائق مع نزع الريم .
- ٥ - ترفع الفراولا من المحلول السكري المنسكون من عصيرها بمقصوصة .
- ٦ - يستمر المحلول على النار مع إضافة عصير الليمون ويترك حتى يغلظ قوامه وترداد درجة لزوجته .
- ٧ - تضاف حينئذ الفراولا وتترك تغل فيه ببطء مع نزع الريم حتى يتم فضج المربي ويعرف ذلك باحتبارها على طبق
- ٨ - يضاف اللون للمربي إذا دعت الحال ، وذلك عندما تكون الفراولا باهتة اللون كأن تكون حضراء نوعاً ما .

- ٩ - تعباً وهي ساخنة في برطمانات جافة معقمة ويحكم غطاؤها .
١٠ - تلتصق البطاقات الدالة على نوع المربي وتخزن في مكان متجدد الهواء .

مربي الفراولا رقم (٢)

المقادير والطريقة : كالسابق إلا أن الفراولا تترك مع طبقات السكر مدة ٦ ساعات في مكان متجدد الهواء ثم تنعم كما في مربي الفراولا رقم ١ .

مربي الفراولا رقم (٣)

المقادير : كمقادير مربي الفراولا رقم ١

الطريقة :

- ١ - تعدد الفراولا كالسابق وتوضع في طبقات متبادلة مع نصف مقدار السكر في إناء من الفخار المطلي أو الصيني أو الصاج وتترك مدة ٦ ساعات في مكان متجدد الهواء .
- ٢ - ترفع الفراولا من المحلول الناتج من عصرها ويضاف إليه باقي مقدار السكر .
- ٣ - يرفع المحلول على نار هادئة مع التقليب حتى يذوب السكر فيضاف عصير الليمون وترفع درجة الحرارة ويترك حتى يغلي ويتركز - وينزع الريم كلما ظهر .
- ٤ - تضاف إليه الفراولا وتهدأ النار وتترك حتى تنضج مع نزع الريم كلما ظهر .
- ٥ - يخبر لمعرفة تمام نضجها ثم تعبأ وهي ساخنة في برطمانات جافة معقمة ويحكم غطاؤها وتخزن في مكان متجدد الهواء .

مربي الفراولا بالتفاح

المقادير : كمقادير مربي الفراولا رقم ١ (صفحة ٧٨٥) بإضافة عدد ٢ من التفاح الأخضر النض

الطريقة : يقشر التفاح ويغلي مع قليل من الماء حتى ينهرى ثم يصفى ويضاف اللب الناتج إلى المحلول السكري وتنعم كالسابق .

مربي التوت

المقادير والطريقة: كربي الفراولا رقم ١ (صفحة ٧٨٥) ويجب استعمال $\frac{1}{4}$ كيلو سكر لكل كيلو توت إذا كان من النوع الحلو .

مربي التين

المقادير: كيلو سكر سنترفيش ، كيلو تين معد ، قطعة صغيرة من خشب القرفة (وقديستغنى عنها) ملعقة كبيرة من عصير الليمون .
الطريقة :

- ١ - يغسل التين ويقشر باحتراس ويترك صحيحاً أو يقطع ثم يوزن .
- ٢ - يوضع في طبقات متبادلة مع مقدار السكر ويترك مدة ساعتين أو أربع ساعات في إناء من الفخار المطلق أو الصيني أو الصاج .
- ٣ - يرفع على نار هادئة مع التقليب بخفة حتى يتم ذوبان السكر .
- ٤ - يترك يغلي ثم يضاف عصير الليمون وترك المربي على النار حتى تنضج مع إزالة الريم .
- ٥ - تعبأ في البرطمانات المعقمة وتغفل بحيث لا يحكم غطاؤها .
- ٦ - تعقم المربي مدة $\frac{1}{4}$ ساعة - ينظر التعقيم (صفحة ٧٧٨) .
- ٧ - يحكم غطاء البرطمانات وترك حتى تبرد ثم تخزن في مكان متجدد الهواء .

مربي التفاح « رقم ١ »

المقادير: كيلو تفاح ، من $\frac{1}{4}$ - ١ كيلو سكر ملعقة كبيرة من عصير ليمون - كوب من ماء السلق
الطريقة :

- ١ - يغسل التفاح ويقشر رقيقاً ويقطع قطعاً مناسبة وتزرع البذور والجريب البذرية ويوضع في ماء بارد وعصير ليمون لئلا يتغير لونه .

٢ - تُفصل القطع بماء بارد وتوضع في إناء مع مقدار من الماء يكفي لتغطيتها وتسلق نصف سلق .

٣ - يؤخذ مقدار كوب من ماء السلق ويذاب فيه السكر على نار هادئة ويضاف التفاح وتترك المربي حتى تقرب من التنضج - وينزع الريم كلما ظهر .

٤ - يضاف عصير الليمون وتترك حتى تنضج ويعرف ذلك باختبارها .

٥ - تعبأ وهي ساخنة في البرطمانات الجافة المعقمة ويحكم غطؤها .

مربي التفاح (رقم ٢)

١ - يقشر التفاح ويقطع قطعاً رفيعة نوعاً وتنوع البذور والجيوب البذرية .

٢ - تغطى القطع بمقدار من الماء يكفي لغمرها تماماً وترفع على النار مدة ١ ساعة .

٣ - يوزن التفاح والماء ويؤخذ لكل ١ كيلو منه ١ كيلو من السكر وملعقة حلو من عصير الليمون .

٤ - يوضع السكر وخليط التفاح على نار هادئة مع التقليب بخفة حتى يذوب السكر

ثم يضاف عصير الليمون وتترك المربي حتى تنضج مع نزع الريم .

٥ - تعبأ في برطمانات معقمة .

مربي الكمثرى

المقادير والطريقة كما في مربي التفاح رقم ١ (ص ٧٨٩) .

مربي السفرجل (رقم ١)

١ - يغسل السفرجل ويوضع صحيحاً في إناء ومعه كمية من الماء تسكني لتغطيته .

٢ - يرفع على النار حتى تلين الثمار ثم تنزع من ماء السلق وتترك حتى يبرد نزعاً .

٣ - تقشر الثمار وتقطع مكعبات ويضاف إليها كمية من ماء السلق تسكني لتغطيته القطع

(ويستغنى عن باقي مقدار ماء السلق) .

٤ - ترفع على النار حتى تقرب القطع من التنضج .

٥ - توزن هذه القطع والماء وتتمم كما في مربي التفاح رقم ٢ من بند ٣ - بند ٥ .

مربي السفرجل « رقم ٢ »

- ١ - يغسل السفرجل ويقشر بكمته بالمبشرة .
- ٢ - يقطع شرائح رفيعة باستعمال المبشرة الخاصة (مبشرة ذات خطوط عرضية حادة)
- ٣ - توضع الشرائح في إناء مع مقدار من الماء كاف لتغطيتها ، فقط وترفع على النار حتى تقرب من النضج .
- ٤ - توزن الشرائح والماء الذي سلقت فيه ثم يؤخذ ما يعادلها من السكر .
- ٥ - تنعم المربي كما في مربي التفاح رقم ٢ (صفحة ٧٩٠) من بند ٣ إلى بند ٥ .

(مربي المشمش الطازج رقم ١)

المقادير :

كيلو مشمش منزوع النوى	
كيلو سكر .	
ملعقة كبيرة من عصير ليمون	
$\frac{1}{4}$: $\frac{1}{4}$ كوب من ماء السلق	

الطريقة :

- ١ - يغسل المشمش ويخفف وينزع النوى ثم يوزن .
- ٢ - يساق نصف سلق في مقدار من الماء يكفي لتغطيته فقط .
- ٣ - يذاب السكر في $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{4}$ من كوب من ماء السلق ، ثم يغلى ٥ دقائق مع نزع الريم .
- ٤ - يضاف إليه المشمش المسلوق وتترك المربي على النار ، ويضاف عصير الليمون قبل تمام نضجها بخمس دقائق ، وينزع الريم كلما ظهر .
- ٥ - ترفع من فوق النار وتعبأ كالسابق .

مربي المشمش (رقم ٢)

- ١ - يغسل المشمش وينزع النوى ويقطع قطعاً صغيرة ويغلى بالماء وترفع على النار حتى ينهري .
- ٢ - يصفى بمضفاة ضيقة الثقوب أو بمنخل شعر ، ثم يوزن ويضاف لكل $\frac{1}{4}$ كيلو منه $\frac{1}{4}$ كيلو من السكر وملعقة حلو عصير ليمون .

يجب الاطلاع على القواعد العامة لعمل المربي (من صفحة ٧٨٤ إلى صفحة ٧٨٧) .

٣ - يرفع على نار هادئة جداً مع التقليب المستمر حتى يذوب السكر تماماً ، ثم تقوى على النار نوعاً ويترك حتى تنضج المربي ، ويضاف عصير الليمون قبل تمام النضج بخمس دقائق .

٤ - يعبأ وهو ساخن في البرطمانات الجافة المعقمة .

مربي الخوخ

المقادير والطريقة : كمقادير مربي المشمش الطازج رقم ١ أو رقم ٢ (صفحة ٧٩١)

مربي البرقوق

المقادير والطريقة : كمربي المشمش رقم ١ أو ٢ (صفحة ٧٩١) .

مربي الكريز

المقادير : كيلو كريز ، $\frac{3}{4}$ كيلو سكر ، ٢ كوب ماء ، ملعقة كبيرة من عصير ليمون .
الطريقة :

- ١ - يغسل الكريز ويجفف ثم تنزع الأغناق والنوى باحتراس .
 - ٢ - يؤخذ $\frac{1}{4}$ مقدار السكر ويضاف للكريز المنزوع منه والنوى ويترك مدة ساعة .
 - ٣ - يذاب باقى مقدار السكر فى مقدار الماء ويغلى المحلول السكرى مدة ٧ دقائق مع نزع الريم .
 - ٤ - يترك المحلول السكرى حتى تهدأ حرارته فيضاف إليه الكريز .
 - ٥ - يرفع على نار هادئة ويقلب بخفة حتى يذوب باقى السكر .
 - ٦ - يترك الاناء على النار حتى ينضج الكريز ، ويضاف عصير الليمون قبل تمام المربي ببضع دقائق . ينزع الريم من وقت لآخر .
 - ٧ - يعبأ وهو ساخن فى برطمانات معقمة ويحكم الغطاء .
- مربي الجزر

المقادير :

كيلو جزر (يوزن بعد سلقه)		ملعقة كبيرة من عصير ليمون أو ٥ جرام ملح ليمون
$\frac{1}{4}$ كيلو سكر ، $\frac{1}{4}$ كوب ماء		عدد ٢ من القرنفل وقطعة قرفة (تربط فى شاشة)

يجب الاطلاع على القواعد العامة لعمل المربي (صفحة ٧٨٤ إلى صفحة ٧٨٧) .

الطريقة :

- ١ - يغسل الجزر ويقشر رفيعاً أو يكحت ويقطع حلقات ثخينة نوعاً .
- ٢ - يوضع في إناء ويغطى بمقدار من الماء يكفي لتغطيته وتسلق حتى تلين أنسجته
- ٣ - تصفى القطع من الماء وتوزن .
- ٤ - يذاب مقدار السكر في مقدار الماء ($\frac{1}{4}$ مقدار الماء من ماء السلق والنصف الآخر ماء نقي أو المقدار كله من ماء السلق فقط أو المقدار كله ماء نقي وهو الأفضل) ثم يضاف عصير الليمون والشاشة المحتوية على القرفصل والقرفة ويترك المحلول على النار حتى يعقد نوعاً مع زرع الريم .
- ٥ - تضاف قطع الجزر وتترك المربي على النار حتى يتم نضجها وينزع الريم كلها ظهر .
- ٦ - تنزع الشاشة وتترك المربي حتى تهدأ قليلاً ثم تعبأ في البرطمانات الجافة المعقمة ويحسن تعقيمها مدة $\frac{1}{4}$ ساعة (ينظر صفحة ٧٧٨) .

ملاحظة : مربى الجزر سريعة التلف ولذا ارتفعت فيها نسبة السكر وعصير الليمون .

مربى الجزر المفري

المقادير : كيلو جزر ، كيلو سكر سنتر فيش ، $\frac{1}{4}$ كوب ماء ، ملعقة كبيرة من عصير ليمون .

الطريقة :

- ١ - يغسل الجزر ويقشر رفيعاً أو يكحت ثم يفري بالمفراة ذات الثقوب الواسعة أو بمبشرة واسعة الثقوب . يوضع مع السكر في طبقات متبادلة ويترك مدة ساعتين
- ٢ - يضاف إليه الماء ويرفع على النار الهادئة مع التقليب حتى ينوب السكر تماماً .
- ٣ - تقوى النار نوعاً ويترك الإناء على النار حتى ينضج الجزر ويقال أنا قانا .
- ٤ - يضاف عصير الليمون وتغلى المربي من ٢ - ٥ دقائق بعد إضافته .
- ٥ - تنزع من فوق النار وتعبأ كالسابق .

مربى الجواقة

عصير ليمونة أضافياً كبيرة
أو ٤ جرام ملح ليمون

كيلو من الجواقة المسلوقة المصفاة
من ١ - $1\frac{1}{4}$ كيلو سكر

المقادير :

يجب الإطلاع على القواعد العامة لعمل المربي (صفحة ٧٨٤ إلى صفحة ٧٨٧) .

الطريقة :

- ١ - تفصل الجوافة وتقطع وتغلى بالماء وترفع على النار حتى تهرى .
- ٢ - تصفى بمصفاة ضيقة الثقوب وتوزن .
- ٣ - يضاف السكر للجوافة المصفاة وترفع على نار هادئة مع التقليب حتى يذوب السكر تماماً ثم يضاف عصير الليمون أو ملح والليمون المذاب في قليل من الماء .
- ٤ - تترك المربي على النار حتى تنضج مع نزع الريم كلما ظهر .
- ٥ - تختبر - وتعبأ كالسابق .

مربي البلح (رقم ١)

المقادير :

كيلو بلح سماني (مسلوق منزوع النوى)	لوز مقشر
من ١ - ١ ¼ - كيلو سكر	قشر يوسفي أخضر أو قرنفل
١ ½ كروب ماء سلق ، ١ ¼ ملعقة عصير ليمون	قطعة قرفة ويستغنى عنها في حالة استعمال اليوسفي

الطريقة :

- ١ - يغسل البلح ويقشر رفيعاً ويوضع في ماء حتى لا يتغير لونه .
- ٢ - يرفع البلح من الماء ويغسل ويسلق في ماء يكفي لتغطيته مدة ½ ساعة .
- ٣ - يرفع البلح من ماء السلق ويوضع في ماء بارد .
- ٤ - ينزع النوى بقطعة من الخشب الرفيع ويغمر مباشرة في الماء .
- ٥ - تموض النواة بقطعة صغيرة من قشر اليوسفي ثم بلوزة مقشورة أو يوضع لوزة ثم تسد الفروه بقرفلة (أو يترك بدون حشو) ويوزن البلح .
- ٦ - يعاد البلح السابق لماء السلق ويعاد سلقه حتى يقرب من النضج .
- ٧ - يذاب مقدار السكر في مقدار من ماء السلق (¼ كروب) ويضاف إليه عصير الليمون ويترك حتى يعقد نوعاً مع نزع الريم .
- ٨ - يضاف البلح ويترك حتى يعقد نوعاً مع نزع الريم .
- ٩ - تختبر - تعبأ في برطمانات جافة معقمة ويحكم غطاؤها .

مربي البلح (رقم ٢)

المقادير :

١٢ كيلو بلح سماني	لوز مقشور	ملعقة كبيرة عصير ليمون
كيلو سكر سنتر فيش	قشر يوسفي أو قرنفل	كوب من ماء السلق

الطريقة :

- ١ - يعد البلح كالسابق وينزع النوى ويحشى بالطريقة السابقة أو يترك بدون حشو
- ٢ - يعاد سلقه ثانياً حتى يقرب من النضج .
- ٣ - يصفى من ماء السلق ويوضع في طبقات متبادلة مع مقدار السكر ويترك مدة ١٢ ساعة .
- ٤ - يضاف إليه مقدار الماء ويرفع على نار هادئة مع التقليب بخفة حتى يذوب السكر .
- ٥ - تترك المربي على النار حتى تقرب من النضج ويضاف عصير الليمون وتترك حتى تنضج - ينزع الريم كلها ظهر .
- ٦ - تختبر كالسابق ، وتعبأ .

مربي القرع العسلي (رقم ١)

المقادير :

كيلو قرع عسلي	٢ ملعقة عصير ليمون
كيلو سكر سنتر فيش	٢٠ جرام من جذور الزنجبيل ، بشر ليمونة

الطريقة :

- ١ - يقشر القرع وينزع اللب وتكحت الألياف ثم يقطع مكعبات .
 - ٢ - يوضع القرع مع نصف مقدار السكر في طبقات متبادلة ويضاف البشر والزنجبيل (يربط في شاشة) ، ويترك في مكان متجدد الهواء مدة ١٢ ساعة .
 - ٣ - يرفع على نار هادئة حتى يذوب السكر تماماً ويترك حتى تلين القطع .
 - ٤ - يضاف باقى مقدار السكر ويذاب ببطء ويضاف عصير الليمون .
-
- يجب الإطلاع على القواعد العامة لعمل المربي من (صفحة ٨٧٤ إلى صفحة ٧٨٧) .

٥ - يترك حتى يغلى مع نزع الریم .

٦ - يختبر بالطريقة المقروفة ويعبأ كالسابق .

المقادير : مربى القرع العسلى رقم (٢)

١ ١/٢ كيلو قرع		٢ كيلو سكر سنتر فيش		بشر عدد ٢ ليمونة
١/٢ كيلو تفاح		٢ ملعقة كبيرة من عصير ليمون		٢٠ جرام من جذر الزنجبيل

الطريقة :

١ - يعد القرع كالسابق ويوضع فى طبقات متبادلة مع نصف مقدار السكر وبشر الليمون والزنجبيل ويترك مدة ١٢ ساعة .

٢ - يقشر التفاح وتنزع القشور والجيوب البذرية ويقطع ويسلق مع قليل من الماء حتى ينهرى .

٣ - يضاف التفاح المهموك وباقى مقدار السكر للقرع السابق ، ويرفع على نار هادئة مع التقليب بخفة حتى يذوب السكر ثم يضاف عصير الليمون .

٤ - تقوى النار نوعاً وتترك تغلى حتى تنضج المربى مع نزع الریم .

٥ - تختبر - وتعبأ كالسابق .

مربى المشمش الجاف

١/٢ كيلو مشمش منزوع النوى		٦ أكواب ماء
١/٢ كيلو سكر		٢ ملعقة كبيرة من عصير ليمون

الطريقة :

١ - يغسل المشمش وينقع فى مقدار من الماء مدة ١٢ ساعة .

٢ - يرفع على النار ويسلق فى ماء النقع مدة ١/٢ ساعة .

٣ - يضاف السكر وعصير الليمون ويترك يغلى حوالى ١/٢ ساعة أخرى مع التقليب بخفة ونزع الریم .

- ٤ - تختبر المربي لمعرفة تمام نضجها ثم ترفع من فوق النار وتعباً .
ملاحظة : يوجد بالسوق نوع من المشمش الحوى منزوع النوى .
مربي الوشنة

المقادير : $\frac{1}{4}$ كيلو وشنة ، كيلو سكر ، ٢ كوب من ماء السلق ، $\frac{1}{4}$ ملعقة كبيرة من عصير ليمون .

الطريقة :

- ١ - تفصل الوشنة جيداً عدة مرات للتخلص من جميع الحصى .
- ٢ - تنقع في مقدار من الماء يكفي لتغطيتها مدة ١٢ ساعة .
- ٣ - تفحص باحتراس ثم تسلق في ماء النقع حتى تنضج تماماً .
- ٤ - يذاب مقدار السكر في ٢ كوب من ماء السلق ويترك حتى يغلي وينزع الريم .
- ٥ - تضاف إليه الوشنة المسلوقة وقبل تمام نضج المربي بخمس دقائق يضاف إليها عصير الليمون ، ويلاحظ نزع الريم ، وتختبر .
- ٦ - تعباً في برطمانات جافة معقمة كالسابق .

مربي الطماطم الخضراء

- ١ - يقشر عدد ٣ كيلو من الطماطم الخضراء ثم تقطع مكعبات متوسطة .
- ٢ - تغلى على النار مدة ساعة مع بشر ايمونة ، ٣ ملاعق كبيرة من عصير الليمون .
- ٣ - يضاف إليها ٣ كيلو من السكر وتقلب بخفة حتى يذوب السكر وتترك تغلى حوالى ساعة أخرى . تختبر وتعباً كالسابق .

مربي الكمكوات

المقادير : كيلو كمكوات ، كيلو سكر ، $\frac{1}{4}$ كوب ماء ملء ملعقة كبيرة من عصير الليمون

الطريقة :

- ١ - يغسل الكمكوات ويثقب بقطعة خشب رفيعة (خلة) .
- ٢ - يغطى بالماء البارد ويرفع على النار حتى ينضج نصف نضج .

يجب الاطلاع على القواعد العامة لسل المربي من (صفحة ٧٨٤ الى صفحة ٧٨٧) .

- ٣ -- يعمل محلول سكرى من نصف مقدار السكر ومقدار الماء كله ، ويغلى مدة ٥ دقائق مع نزع الريم .
- ٤ -- يضاف الكمكوات المسلوقة ويترك على نار هادئة حتى يقرب من النضج .
- ٥ -- يضاف باقى مقدار السكر ويذاب ببطء ثم يضاف عصير الليمون .
- ٦ -- يترك يغلى حتى تنضج المربي وينزع الريم كلها ظهر .
- ٧ -- تختبر المربي بالطريقة المعروفة وتعبأ كالسابق وتخزن فى مكان متجدد الهواء .

مربي اللارنج

المقادير :

٢ كوب ماء		كيلو قشر لارنج مسلوقة
١ ¼ ملعقة كبيرة من عصير ليمون		٢ كوب عصير لارنج ، ١ ¼ كيلو سكر

الطريقة :

- ١ -- يبشر اللارنج وينقع صفيحا فى الماء مدة ١٢ ساعة ، مع ملاحظة تغيير الماء مرتين فى بحر هذه المدة .
- ٢ -- يفصل القشر من اللب ثم يسكحت القشر من الداخل لإزالة قليل من الجزء اللحمى الأبيض . يقطع القشر شرائح رفيعة نوعا .
- ٣ -- تغطى الشرائح بالماء وتسلق حتى تقرب من النضج .
- ٤ -- يعمل محلول سكرى من مقدار الماء والسكر ويغلى مدة ٥ دقائق وينزع الريم .
- ٥ -- يضاف القشر المسلوقة ويترك ليغلى مدة ¼ ساعة ثم يضاف عصير اللارنج (كوب) والليمون وتترك المربي حتى تنضج مع نزع الريم .
- ٦ -- تختبر وترفع من فوق النار وتعبأ كالسابق .

مربي البرتقال

المقادير والطريقة : كربي اللارنج ويلاحظ استعمال البرتقال الياباوى .

مربي الفاكه المنوعة

المقادير : تفاحه كبيرة خضراء | عدد ١ ليمونة هندی كبيرة الحجم
برتقالة كبيرة الحجم | عدد ١ ليمونة أضافيا

الطريقة :

- ١ — تغسل الفاكه وبقشر التفاح وتنزع البذور والحبوب البذرية .
- ٢ — تقطع الموالح نصفين وتغسل ويزال اللب .
- ٣ — يسكب داخل القشر خفيفاً ثم يفرى القشر والتفاح بما كينة اللحم .
- ٤ — يضاف المصير للقشر والتفاح ويكبل الخليط ثم يضاف لكل نصف كيلو منه .
- ٥ — ٦ أ كواب ماء ويترك لليوم التالي في مكان متجدد الهواء .
- ٥ — يرفع الخليط على النار ويترك يغلي مدة ١ ½ ساعة .
- ٦ — يترك الخليط لليوم التالي ثم يكبل ويضاف إليه مقدار ما يعادله من السكر ويرفع على النار ويقلب حتى يذوب السكر ثم يترك يغلي مدة ١ ½ ساعة .
- ٧ — يعبأ في برطانات جافة معقمة حتى تبرد تماماً ثم يغطى بإحكام .

مربي الورد

المقادير : ١ ½ كيلو ورد جورى ١ ½ كيلو سكر ، عصير ٦ ليمونات ، ١ ½ كوب ماء .

الطريقة :

- ١ — تنزع القطع الصفراء من بتلات الورد (ماراتما) ثم يفرى الورد بمفراة اللحم بالعين المتوسطة ويرش عليه عصير الليمون قليلاً أثناء فريه محافظة على لونه الطبيعي .
 - ٢ — يضاف الماء إلى السكر ويوضع على نار هادئة مع التقايب حتى يذوب السكر تماماً .
 - ٣ — ثم تضاف إليه معلقة كبيرة من عصير الليمون ويغلى حتى يعقد مع نزع الریم .
 - ٣ — يضاف إليه الورد المفري وتترك المربي على النار حتى تنضج ، وتختبر لمعرفة تمام نضجها ، وينزع الریم كلما ظهر .
 - ٤ — تعبأ في برطانات زجاجية معقمة ويحكم غطاؤها .
- ملحوظة : يوضع الورد المفري في ماجور اسكندرانى أو طبق صاج لأن لونه يؤثر في لون الأواني الصينية .

الجيلي

هو عصير الفاكه الغنية بالبكتين مطبوخا مع كمية مناسبة من السكر ، ويتميز الجيلي الجيد الصنع بالآتي :

- ١ - تماسك مكوناته وعدم انفصالها .
 - ٢ - مرونة قوامه وليونته وشفافية لونه .
 - ٣ - توافر لون وطعم الثمار الطبيعية المستخدمة في إعداده .
 - ٤ - اهتزازة عند تحريكه حركة ضعيفة دون أن يسيل .
 - ٥ - تكوين سطح أملس ذي حواف حادة عند قطعه بالسكين .
- ومصناعة الجيلي أصعب كثيراً من صناعة المربيات ، وأساس صنعها يتوقف على عدة عوامل أهمها :

- ١ - توافر الحموضة في الفاكه المختارة .
- ٢ - استعمال السكبة اللازمة من السكر .

الفاكهة الصالحة لعمل الجيلي

تنقسم الفاكه بالنسبة لصلاحيتها لعمل الجيلي أربعة أقسام :

- ١ - فاكهة صالحة لعمل الجيلي الممتاز ، وأهمها أنواع العنب الأحمر والارنج والسفرجل .
 - ٢ - فاكهة غنية في الحموضة ولكنها فقيرة نوعاً في البكتين ، مثل الرمان والشليك .
 - ٣ - فاكهة غنية في المادة البكتينية ولكنها قليلة الحموضة ، مثل التين والجوافة .
 - ٤ - فاكهة فقيرة في مادتها البكتينية وقليلة الحموضة ، ومنها أنواع العنب الباقى .
- وعند عمل جيلي من الفواكه الفقيرة في البكتين ، يضاف إلى عصيرها عصير فاكهة أخرى غنية في بكتينها ، أو يضاف إليها البكتين المجز .

طريقة عمل الجيلي

- ١ - تلتخب الثمار الجيدة النوع المكتملة النضج .
- ٢ - تفرز الثمار الفاسدة والحراء .
- ٣ - تغسل الثمار المقرزة جيداً ،

- ٤ - توضع الفاكهة في أناء ويضاف إليها ماء بارد يكفي لتغطيتها ثم ترفع على نار هادئة إلى أن تنضج تماماً بشرط ألا تنهرى لئلا تسبب غيام الجيلي .
- ٥ - تصفى الفاكهة خلال فوطة سميكة أو كيس خاص ، بشرط ألا يضغط عليها في أثناء التنصيف بل تترك مربوطة في الحامل أو الكرسي (كما في تصفية الأماطية الشافة) .
- ٦ - يركز العصر الناتج بإغلائه على نار هادئة مدة لا تزيد على ١٠ دقائق .
- ٧ - يكيل العصر المركز ويضاف لكل رطل عصير رطل من السكر .
- ٨ - ترفع الخايط على نار هادئة مع التقليب حتى يتم ذوبان السكر ثم يصفى المحلول لفصل المواد الغريبة من السكر و ثم ترفع درجة الحرارة ويترك حتى يغلي مع نزع الريم .
- ٩ - يستمر في الإغلاء مدة من ١٠ : ٢٠ دقيقة ، وتختبر درجة النضج آناً فآناً يوضع كمية صغيرة في طبق ، فإذا تماسكت بعد أن تبرد وصار شكلها كالفالودج دل ذلك على تمام نضجها .
- ١٠ - يمكن إضافة حمض الليمون بنسبة ٤ جرامات لكل كيلو وربع سكر وذلك في الفاكهة القليلة الحموضة مثل الجوافة والتين والعنب البناني .
- ١١ - تعبأ وهي ساخنة في أوان زجاجية نظيفة جافة معقمة ثم يحكم غطاؤها ، أو تعبأ الجيلي وهو ساخن ثم يترك حتى يبرد تماماً وعندئذ يغطى سطحه بقطعة من الورق الشمعي (ورق الزبد) ثم يصب فوقها مقدار مناسب من شمع الإضاءة المنصهر ، وبذلك يكون عند برودته طبقة متماسكة غير منفذة للهواة ، والشمع يعقم سطح الجيلي بفعل ارتفاع حرارة انصهاره .

١٢ - تلتصق البطاقات الخاصة وتخزن في أماكن مبردة .

أسباب عدم نجاح الجيلي

- ١ - نقص أحد مكونات الجيلي وزيادة مقدار السكر أو نقصه .
- ٢ - زيادة مقدار البكتين على الحد المناسب .
- ٣ - عدم إجراء عملية الترويق للعصير المستخدم أو الخطأ في طريقة إجرائها .
- ٤ - عدم الاستمرار في الطبخ حتى تمام النضج أو الطبخ مدة أطول من المدة المقررة .
- ٥ - عدم نزع الريم كلها ظهر .

١ - خزن الاوعية في مكان حار
والأخطاء السابقة تؤدي إلى لزوجة الجيلي أو سيوثة أو خشوثة أو عدم صفاء لونه
أو تبلور بعض أجزائه أو تخمره .

جيلي اللارنج

- ٢ - تقشر الثمار ويزال الطبقة البيضاء المحيطة باللب ثم يقطع اللب قطعاً صغيرة .
- ٣ - تفصل البذور وتنقع في قليل من الماء البارد مدة ساعة .
- ٣ - يوضع اللب في إناء ويضاف إليه ماء نقع البذور وكية من الماء تكفي لتغطيته .
- ٤ - يغطى الإناء ويرفع على نار هادئة إلى أن ينضج اللب تماماً بشرط ألا ينهرى .
- ٥ - يصنى كما في بند نمرة ٥ ويركز كما في بند نمرة ٦ ثم يكيل ويتمم كما في الطريقة العامة لعمل الجيلي (صفحة ٨٠٠)

جيلي السفرجل

- ١ - تغسل السفرجل ويجفف ويوزن ويغطى بكمية من الماء مساوية لوزنه (لكل ١ كيلو سفرجل ٢ كوب ماء) .
- ٢ - يعمل ويتم بطريقة عمل الجيلي (صفحة ٨٠٠)

جيلي البشملة

- ١ - تغسل البشملة وتجفف وتقطع الواحدة نصفين وتوزن وتتمم كجيلي السفرجل .

جيلي الجريب فروت Grepe Fruit

يعمل كجيلي اللارنج تماماً ، ويستغنى عن نقع البذور في الماء .

جيلي التفاح الأحمر

- ١ - يختار النوع الأحمر الناضج الغنى بمصارتته ،
- ٢ - يغسل ويقطع أرباعاً ثم يوزن ويضاف لكل ١ كيلو منه كوب ماء وملعقة كبيرة عصير ليمون .
- ٣ - يغطى الإناء ويرفع على نار هادئة ويتم بطريقة عمل الجيلي (صفحة ٨٠٠)

جيلي التفاح الأخضر

المقادير : ٣ كيلو تفاح أخضر، عدد ٢ ليمونات، كيلو سكر لكل ١ كيلو عصير تفاح .
الطريقة :

يتبع في عمله الطريقة العامة لعمل الجيلي (ص ٨٠٠)

جيلي العنب

- ١ - يغسل العنب ويقطع الواحدة نصفين وتنزع البذور .
- ٢ - يوضع في إناء مع مقدار من الماء يكفي لتغطيته ويرفع على النار حتى ينضج .
- ٣ - يصفى ويتم بطريقة عمل الجيلي (ص ٨٠٠) .

جيلي الرمان

- ١ - يختار الرمان المنفلوطى الأحمر ويغسل ويحفف ثم تفصل حبوبه .
- ٢ - يوضع مقدار من الحبوب في قطعة قماش ويضغط عليها باليدين لاستخراج عصيرها وتكرر العملية حتى ينتهى المقدار .
- ٣ - يركز العصير على النار مدة ١٠ دقائق ثم يكيل ويضاف إليه مقدار مساو له بالوزن من السكر .
- ٤ - يذاب السكر على نار هادئة . ثم يصنى الخليط للتخلص من المواد الغريبة من السكر .
- ٥ - يتم بالطريقة العامة للجيلي (ص ٨٠٠)

جيلي الفراولا

- ١ - تغسل الفراولا جيداً بالماء البارد وينزع كاسها وتغسل ثانياً .
- ٢ - يستخلص عصيرها باستعمال قطعة قماش كما في الرمان ثم يصنى العصير بقطعة قماش مع ملاحظة عدم الضغط عليها أثناء التصفية .
- ٣ - يركز العصير ويتم كما في عمل الجيلي (ص ٨٠٠)

المرملاد

المرملاد عبارة عن جيلي يعلق فيه أجزاء رفيعة من قشور ثمار الفاكه المستخدمة في تحضيره أو من لبها الثرى وتقتصر صناعة المرملاد على ثمار الموالح كاللارنج والبرتقال والجريب فروت والنفاش والليمون الأضالية .

ويطلق اسم المرملاد على بعض أصناف أخرى من الفاكه كالسكرى أو الخوخ والتين والجوافة الخ ، ولكن هذا خطأ حيث لا يتيسر استخدام قشور هذه الثمار لهذا الغرض ، وحيلة تعتبر من نوع المربى المهروسة .

صفات المرملاد

يجب أن تعلق أجزاء القشر في جميع أجزاء المرملاد ، بمعنى أن تكون عالقة بجميع طبقاته على حالة متماثلة دون أن تطفو على سطحه أو ترسب لقاعه ، ولا يشترط في هذا النوع توافر جميع الصفات والمميزات الخاصة بالجيلي ، ويجب ألا يكون قوامه شديد التماسك بل يجب أن يكون سائلاً هلامياً .

طريقة عمل المرملاد

المرملاد طريقتان :

الطريقة الأولى : تلتج مرملاداً رائقاً مكوناً من جيلي عالقي فيه أجزاء رفيعة من قشور الثمار المستخدمة وهذا النوع راق .

المقادير :

لكل ١ كيلو ثمار موالح - ١/٢ كيلو سكر ، ٢ كوب ماء ، عصير ليمونة .

الطريقة :

- ١ - تقشر نصف عدد الثمار تقشيراً رقيقاً جداً ويقطع شرائح رفيعة .
- ٢ - يغطى القشر ربع مقدار الماء ويرفع على النار الهادئة حتى يقرب من الانضج ثم ينزع من على النار .
- ٣ - ينزع قشر العدد الباقى ويستغنى عنه ثم تزال القطع اللحمية البيضاء من حول الثمار

٤ — يقطع اللب قطعاً صغيرة مع فصل البذور منها ، ويضاف إليها ماء يكفي لتغطيتها ($\frac{2}{3}$ مقدار الماء) .

٥ — توضع على نار هادئة حتى تنضج بشرط ألا تنهرى خوفاً من تعكير جيلي المرملاذ

٦ — يصنّى اللب لاستخراج العصير الرائق كما في عمل الجيلي (صفحة ٨٠١) بند ٥

٧ — يوضع القشر المسلووق وماء سلقه مع العصير الرائق ، وكذا مقدار السكر في إناء ويرفع على نار هادئة مع التقليب بخفة إلى أن يذوب السكر .

٨ — ترفع درجة الحرارة وتترك لتغطي مدة نصف ساعة مع نزع الريم كلما ظهر ، ثم يضاف إليها عصير الليمون .

٩ — تختبر المرملاذ كما في الجيلي (صفحة ٨٠١) بند ٩ .

١٠ — تبعاً وهي ساخنة في آنية نظيفة جافة معقمة وتترك حتى تبرد ثم تخزن في مكان متجدد الهواء بعد إلصاق البطاقات عليها .

الطريقة الثانية : وتلتج مرملاذاً يحتوي على لب وقشور الثمار المستخدمة ولعمل هذا النوع طريقتان :

طريقة النوع الأول :

١ — تلتخب الثمار الناضجة الصلبة الكبيرة ثم تغسل وتجفف .

٢ — تقطع الثمار لشرائح رفيعة ، ويضاف لكل واحدة من $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{3}$ كوب من الماء تبعاً لحجم اللارنج وتترك مدة ٢٤ ساعة .

٣ — يرفع على النار ويترك لتنضج القشور .

٤ — يكيل الخليط ويضاف لكل $\frac{1}{2}$ كيلو من السكر .

٥ — يرفع الخليط على نار هادئة حتى يتم ذوبان السكر مع ملاحظة التقليب المستمر ، ثم ترفع الحرارة وتترك المرملاذ حتى تقرب من النضج فيضاف مقدار ملعقة شاي من عصير ليمون لكل $\frac{1}{2}$ كيلو سكر أو $\frac{1}{4}$ جرام من ملح ليمون — ويترك على النار مدة من ٢ - ٥ دقائق .

٦ — تبعاً وهي ساخنة ويحكم غطاؤها نوعاً ثم تعقم مدة $\frac{1}{2}$ ساعة .

٧ - تترك لتبرد ويحكم غطاؤها ثم تخزن في مكان متجدد الهواء .

طريقة النوع الثاني :

- ١ - تلتخب الثمار الناضجة وتغسل ثم تجفف .
- ٢ - تقطع إلى نصفين وتزرع البذور ثم تقطع الثمار إلى شرائح رقيقة جداً .
- ٣ - توزن الثمار المقطعة ويضاف لكل ١ كيلو منها ٤ كوب كبيرة ماء بارد وتترك مدة ٢٤ ساعة .
- ٤ - ترفع على نار هادئة حتى تنضج القشور وحتى ينقص مقداره إلى حوالى النصف .
- ٥ - يوزن الخليط لتقدير السكر (لكل ١ كيلو خليط ١ كيلو سكر) .
- ٦ - ترفع الفاكهة على النار حتى تغلى ثم يضاف السكر ويقلب حتى يذوب .
- ٧ - ترفع درجة الحرارة ويترك ليغلى مدة ١ ساعة .
- ٨ - يضاف حمض الليمون أو عصير الليمون قبل رفع المرملاذ من على النار مدة من ٣ - ٥ دقائق .
- ٩ - تعبأ وهى ساخنة فى آنية نظيفة جافة معقمة ويحكم غطاؤها وتترك حتى تبرد ثم تخزن في مكان متجدد الهواء .

مرملاذ اللاريج الرائق

المقادير : ٢ كيلو لاريج ، ٧ أكواب ماء ، ٢ كيلو سكر . عصير عدد ٤ ليمون كبير

الطريقة : تعمل بالطريقة الأولى لعمل المرملاذ (صفحة ٨٠٤) .

مرملاذ اللاريج

المقادير والطريقة : كما فى عمل المرملاذ المحتوى على اللب وقشور الثمار (صفحة ٨٠٥)
وتعمل بطريقة النوع الأول منها أو النوع الثانى على حسب الرغبة .

مرملاذ البرتقال

المقادير : كيلو برتقال . ١ كيلو سكر لكل ١ كيلو فاكهة ناضجة . ٧ أكواب ماء .

ملعقة حلو عصير ليمون .

الطريقة :

- ١ - يغسل البرتقال ويجفف ويقشر رفيعاً ثم يفصل القشر عن اللب .
- ٢ - يقطع القشر شرائح رفيعة جداً بالمقص أو بالسكين .
- ٣ - يوضع القشر في إناء مع نصف مقدار من الماء ويترك لليوم التالي ثم يرفع على النار ويغلى ببطء حتى ينضج القشر .
- ٤ - تزال الطبقة البيضاء التي تحيط باللب ثم يقطع بسكين حاد حلقات رفيعة ويضاف إليه النصف الآخر من الماء ويرفع على النار حتى ينضج .
- ٥ - يصفي اللب الناضج بمخل سلك أو مصفاة ضيقة الثقوب أو قطعة شاش .
- ٦ - يضاف الناعج من التصفية للقشر الناضج ويوزن الخليط ثم يضاف إليه مقداراً من السكر مساو له .
- ٧ - يرفع على النار الهادئة مع التقليب حتى يذوب السكر ثم ترفع الحرارة نوعاً ويترك حتى يغلى وتنضج المربي - وينزع الريم كلما ظهر .
- ٨ - تعبأ وهي ساخنة في البرطانات الجافة المعقمة المعدة بالطريقة السابقة (ص ٨٠٥) .

مرملاد الجريب فروت Grepe Fruit

المقادير : عدد ١ جريب فروت كبيرة الحجم ، عدد ١ رتقالة ، عدد ١ ليمونة أضاليا ، سكر ماء
الطريقة :

- ١ - تغسل الفاكهة وتجفف وتقشر رفيعاً جداً .
- ٢ - تقطع نصفين ويزال القشر وينزع اللب .
- ٣ - يكحت القشر من الداخل لإزالة قليل من الجزء اللحمي الأبيض ثم يقطع شرائح رفيعة قصيرة .
- ٤ - تنزع الخيوط والأجزاء البيضاء التي تحيط باللب ثم يقطع اللب حلقات رفيعة .
- ٥ - يكيل اللب والقشر ويضاف إليه مقدار من الماء يعادل ثلاثة أمثاله تقريباً ويترك لليوم الثاني
- ٦ - تزال البذور ويغلى الخليط على النار مدة ٢¼ - ٣ ساعات أو حتى ينضج القشر

- ٧ - يكيل ثانيا الخليط ويضاف إليه مقدار من السكر مساو له .
٨ - يرفع على النار الهادئة ويقلب حتى يذوب السكر ثم يترك حتى يغلى من ٤٠-٥٠ دقيقة أو حتى تنضج المرملاد . ويعرف ذلك باختبارها .
٩ - تعباً وتحفظ بالطريقة المذكورة في (صفحة ٨٠٥) .
مرملاد الليمون الأضاليا

المقادير : ٢ كيلو ليمون أضاليا ١ كيلو سكر : ٢ كوب كبيرة من ماء السلق .
الطريقة :

- ١ - يغسل الليمون ويحذف ويرفع على النار مع مقدار كاف من الماء . ويترك حتى يغلى تماماً . يستغنى عن هذا الماء ويستبدل بمقدار آخر من الماء المغلى .
- ٢ - يغلى الليمون في الماء المغلى حتى ينضج (من ساعة ونصف إلى ساعتين) .
- ٣ - يرفع الليمون من الماء ويترك حتى يبرد ثم يقطع حلقات رفيعة ويزال البذور .
- ٤ - يذاب مقدار السكر في مقدار ماء السلق على نار هادئة ، ثم يضاف إليه الليمون المقطع ويترك يغلى مدة ٤٠ دقيقة أو حتى تنضج المرملاد .
- ٥ - تحفظ في البرطانات المعدة بالطريقة المذكورة سابقاً (صفحة ٨٠٥) .
مرملاد البرتقال والليمون الأضاليا

المقادير : عدد ٦ برتقالة كبيرة ، عدد ٦ ليمون أضاليا ، ٢٥٠ كيلو سكر ، ٨ أكواب ماء بارد .

الطريقة :

- ١ - تغسل الفاكهة وتجفف وتقطع حلقات رفيعة جداً .
- ٢ - يضاف إليها مقدار الماء وتترك مدة ١٢ ساعة ثم تنزع البذور .
- ٣ - ترفع على النار وتترك تغلى مدة ٢-٣ ساعات .
- ٤ - يضاف مقدار السكر ويقلب الخليط على نار هادئة حتى يذوب السكر .
- ٥ - يترك الخليط حتى يغلى مدة ساعة تقريباً أو حتى تنضج المرملاد .
- ٦ - تعباً في البرطانات المعدة بالطريقة السابقة .

الشراب الطبيعي

يعتبر الشراب مادة غنية بالعناصر الغذائية ، لأنه يحتوي على مقدار وافر من المواد السكرية ويدرانية ومن الأحماض العضوية الطبيعية ومن الفيتامينات ا ، ب ، ح ، لأنه مكون من عصير طبيعي من الفاكهة مذاق فيه كمية من السكر تكفي لحفظه من الفساد . وتختلف نسبة السكر في الشراب باختلاف نسبة حموضة العصير ، وتراوح بين $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ كيلو سكر لكل لتر عصير فاكهة .

وتنقسم طرق صناعة الشراب من العصير الطبيعي لثمار ثلاثة أقسام رئيسية وهي :
١ - الطريقة الباردة . ٢ - الطريقة الساخنة . ٣ - الطريقة النصف ساخنة .

أولاً : الطريقة الباردة

عند إتباع هذه الطريقة يجب التحقق من أن جميع الأواني التي ستستعمل نظيفة تامة الجفاف ، ويجب الاحتراس من وصول الماء إليها .

عمل الشراب :

- ١ - يستخرج العصير من الفاكهة ويصفى ثم يكيل .
- ٢ - يضاف إليه المقدار المعين من السكر تدريجاً مع التقليب آناً فآناً حتى يتم الذوبان .
- ٣ - يصفى الشراب ثانياً خلال قطعة من القماش ويكيل .
- ٤ - يضاف لكل لتر من الشراب جرام واحد من بنزوات الصوديوم وملعقة كبيرة من عصير الليمون أو ٣ جرامات ملح الليمون ، ويفضل إذابة كل من الحامض والبنزوات في قليل من الماء المغلي وإضافة للشراب مع التقليب المستمر ، حتى يتم امتزاج الشراب بهما تماماً .

ومن المعتاد أن يضاف إلى شراب ثمار الموالح مقدار قليل من الزيت المستخرج من قشورها ، وقد تضاف ألوان مائلة للون الطبيعي للثمار المستخدمة في تحضير بعض أنواع

الشراب ويفضل في هذه الحالة استخدام الصبغات النباتية .

٥ -- يعبأ الشراب في زجاجات نظيفة معقمة وتقفل بالفلين المعقم ثم تنطى بقطعة من الورق المعدنى الملون (كبسول) .

٦ -- تلتصق البطاقات على الزجاجات وتخزن في مكان متجدد الهواء .

مواصفات الشراب المحضر بالطريقة الباردة :

يتميز باحتفاظه باللون الطبيعى للعصير وباطعم الطبيعى المحضر منه ، فضلا عن احتفاظه بالفيتامينات المختلفة ، ولذا يعتبر هذا الشراب من أحسن أنواع الأشربة الطبيعية .

ثانيا : الطريقة الساخنة

١ - يستخرج العصير من الفاكهة ثم يصفى ويكال .

٢ - يضاف إليه المقدار المعين من السكر ويرفع على نار هادئة حتى يتم ذوبان السكر .

٣ - ترفع درجة الحرارة إلى درجة الغليان ، ثم يترك الشراب يغلى مدة قصيرة مع نزع الريم .

٤ - يصفى الشراب ويضاف إليه عصير الليمون أو حمض الليمون بالكميات السابقة في الطريقة الباردة ، وقد تستعمل بنزوات الصوديوم .

٥ - يعبأ في زجاجات نظيفة معقمة ثم يقفل كالعتاد .

٦ - تلتصق البطاقات على الزجاجات وتخزن في مكان هادئ بارد .

ملحوظة : قد يضاف مقدار من الماء إلى العصير الطبيعى لتخفيفه على حسب الرغبة

والطريقة المتبعة . وهذا النوع من الشراب يفقد كثيراً من خواصه الطبيعية كاطعم

واللون والرائحة والفيتامينات .

ثالثا - الطريقة نصف الساخنة

وتتلخص هذه الطريقة في إذابة المقدار اللازم إضافته من السكر على النار في مقدار معين

من الماء أو في نصف مقدار العصير ، ثم يترك المحلول الساخن ليبرد فيضاف إليه

العصير البارد يصفى ويضاف إليه ملح الليمون وبنزوات الصوديوم بالمقادير السابقة .

يعبأ في الزجاجات النظيفة المعقمة وتقفل كالمعتاد ، ثم يلصق اسم الشراب وتخزن في مكان بارد متجدد الهواء .

شراب البرتقال (رقم ١)

المقادير :

لتر عصير برتقال (٤ كوبة كبيرة) | جرام بنزوات الصوديوم لكل لتر شراب
١ ¼ كيلو سكر سنتر فيش . | مادة كبريتة كبيرة عصير ليمون لكل لتر شراب

الطريقة :

- ١ - يغسل البرتقال ويجفف جيداً ويعرض للشمس مدة ١ ساعة ليتم جفافه ، ثم تبشر ١ الكمية بشر خفيفاً .
- ٢ - يضاف للبشر وزنه سكر سنتر فيش ويدعك جيداً حين استعماله .
- ٣ - يعصر البرتقال ويصفى بشاشة نظيفة جافة ضيقة الثقوب ثم يكيل .
- ٤ - يضاف مقدار السكر تدريجاً ويقلب آناً فآناً حتى يذوب مقدار السكر تماماً .
- ٥ - يصفى الشراب ويكيل ويضاف إليه عصير الليمون والبنزوات (بعد إذابتهما في قليل من الماء المغلي أو في قليل من الشراب) مع التقليب المستمر حتى يتم امتزاج الشراب بهما تماماً .
- ٦ - يؤتى بالبشر ويدعك ثانياً ويوضع في شاشة ويعصر منه الزيت مع التقليب جيداً
- ٧ - يصفى مرة أخرى بشاشة . ويعبأ في زجاجات جافة نظيفة وتقفل بالغليين المدقم ثم بالكبسول ، أو يصب على الفوهة مقدار من الشمع المنصهر (ينظر طريقة عمل الشراب بالطريقة الباردة صفحة (٨٠٩) .

شراب البرتقال (رقم ٢)

- ١ - يعد البرتقال كالسابق ويبشر خمس عدده ويعصر ويصفى ويكيل يضاف إليه مقدار السكر .
- ٢ - يرفع على النار الهادئة مع التقليب حتى يذوب السكر ، ثم يترك حتى يغلي ، ويفلى ٥ دقائق
- ٣ - يضاف عصير الليمون وزيت البشر ويقلب جيداً ويصفى ثانياً بشاشة .

٤ — يعبأ في الزجاج الجاف المعقم وتقفل الزجاجات كالمعتاد (ينظر الطريقة الساخنة لعمل الشراب صفحة ٨١٠) .

شراب اليوسفي

المقادير والطريقة: كما في شراب البرتقال رقم ١ ، ويستبدل بعصير البرتقال عصير يوسفي .

شراب اللارنج

المقادير: لتر لارنج رائق (٤ كوبات كبيرة) } ١/٢ لتر ماء (٢ كوب كبيرة)
٢ كيلو سنتر فيش . } ٢ — ملعقة كبيرة عصير ليمون

جرام بنزوات الصوديوم لكل لتر شراب

الطريقة :

١ — يغسل اللارنج ويجفف ويبدش ويحتفظ بخمس البشر فقط ، ويضاف إليه ما يعادله

من السكر السنتر فيش ويدهك جيداً ويوضع في شاشة ويترك لحين استعماله .

٢ — ينزع القشر ويستعمل في عمل مربى قشر اللارنج أو اللارنج المسكر (ينظر باب المسكرات) .

٣ — يعصر اللب ثم يصفى بشاشة ويكيل (لمعرفة مقدار السكر الواجب استعماله) .

٤ — يذاب السكر في مقدار من الماء على النار الهادئة ، وعند تمام الذوبان يضاف عصير

الليمون ثم يترك ليغلي ٥ دقائق مع نزع الريم . ويرفع من فوق النار .

٥ — يضاف عصير اللارنج المصفى للحلول السكري السابق وهو دافئ . ويقبلان جيداً

مدة ٥ دقائق ثم يضاف الزيت المستخرج من البشر ويقلب ثانياً .

٦ — يكيل الشراب . وتذاب بنزوات الصوديوم في أقل كمية ممكنة من الماء على النار

وعند تمام ذوبانها تضاف للشراب ويقلب الشراب مرة أخرى لتتوزع فيه البنزوات

٧ — يصفى تصفية نهائية ويعبأ في الزجاج الجاف المعقم (ينظر الطريقة نصف

الساخنة صفحة ٨١٠) .

شراب الليمون الهندي

الطريقة والمقادير: كما في شراب اللارنج السابق ويستبدل بعصير اللارنج عصير ليمون

هندي ويستعمل ١ ١/٢ كوب ماء لإذابة السكر بدلاً من ٢ كوب .

شراب الليمون

المقادير :

لتر عصير ليمون (٤ كوبات شرب) ، لتر ماء (٤ كوبات شرب) ، مز ٣ : ٥ كيلو من سكر سنتر فيش .

الطريقة :

- ١ - يغسل الليمون البلدى (ويحسن أن يكون لونه أخضر) ويجفف ويعصر ويصفى بشاشة جافة ضيقة الثقوب ويترك ٣ ساعات حتى يروق .
 - ٢ - يذاب السكر فى الماء على النار ، وبعد تمام الذوبان يترك يغلى ٥ دقائق وينزع الريم ويرفع الإناء من على النار ويضاف إليه $\frac{1}{2}$ مقدار العصير ويقلب جيداً ويترك حتى تهدأ حرارته تماماً .
 - ٣ - يضاف المقدار الباقي من عصير الليمون الرائق .
 - ٤ - يقلب الخليط جيداً ثم يصفى بشاشة ثانياً .
 - ٥ - يعبأ فى الزجاج الجاف ويحكم سداد الزجاج جيداً .
- شراب الفراولا (رقم ١)

المقادير :

ملعقتان كبيرتان من عصير ليمون		كيلو فراولا (توزن بعد إعدادها)
قليل من اللون الأحمر إذا احتاج الأمر		$\frac{1}{2}$ كيلو سكر

الطريقة :

- ١ - تغسل الفراولا بالماء البارد ثم ينزع كأسها وتغسل ثانياً (وحينئذ توزن)
- ٢ - يوضع نصف مقدار السكر مع الفراولا فى طبقات متبادلة وتترك مدة ٨ ساعات
- ٣ - يقلب الخليط جيداً حتى يذوب السكر .
- ٤ - يوضع الخليط فى قطعة قماش ويضغط عليها باليد لاستخراج العصير .
- ٥ - يضاف باقى مقدار السكر للعصير ويقلب جيداً ثم يرفع على النار مع التقليب حتى يتم ذوبان السكر .

٦ - يترك يغلي مدة ٥ دقائق ثم يضاف عصير الليمون ويغلي مدة دقيقة . وينزع الريم كلما ظهر .

٧ - برفع الشراب من فوق النار ويصنى ويعبأ في الزجاج الجاف المعقم ويحكم السداد وتخزن في مكان جاف متجدد الهواء .

شراب الفراولا (رقم ٢)

١ - يعد الشليك بالطريقة السابقة .

٢ - يدهك الشليك جيداً بتقليبه بملعقة خشب ، ثم يرش عليه قليل من السكر السنترفيش ويترك من ٦ - ٨ ساعات .

٣ - يصنى بشاشة نظيفة بالطريقة السابقة لاستخراج العصير الرائق .

٤ - يكيل العصير باللتر ويؤخذ لكل لتر منه ٥٠ إلى ١٠٠ كيلو سكر سنترفيش وملعقتان من عصير الليمون .

٥ - يضاف ما يقرب من نصف مقدار العصير لمقدار السكر كله ، ويرفع على نار هادئة مع التقليب حتى يتم ذوبان السكر (ولا ضرورة لإغلائه) ثم يضاف عصير الليمون وباقي العصير ويقلب الشراب جيداً .

٦ - يكيل الشراب باللتر ثانياً (لزيادة مقدارة) ، ويؤخذ لكل لتر منه جرام من بنزوات الصوديوم .

٧ - تذاب بنزوات الصوديوم في قليل من الماء المغلى وتضاف للشراب ويقاب جيداً

٨ - يصنى الشراب ثانية بشاشة نظيفة جافة وتعبأ في زجاجات جافة معقمة وتقفل بسدادات نظيفة جافة سبق غليها ، وتخزن في مكان جاف متجدد الهواء .

شراب التوت

المقادير والطريقة : كشراب الشليك ، ويستعمل التوت الأفرنجى .

شراب المشمش

المقادير : لتر من عصير المشمش ، ٢ كيلو سكر ، كوب ماء ، ٢ ملعقة كبيرة من عصير ليمون

الطريقة :

- ١ - يغسل المشمش وينزع النوى ويغلى بمقدار من الماء ثم يرفع على النار حتى ينهرى
- ٢ - يصفى بمصفاة ثم بشاشة ويكيل لمعرفة عدد اللترات الناتجة .
- ٣ - يذاب السكر فى الماء على نار هادئة ثم يترك حتى يغلى مدة ٥ دقائق مع نزع الريم ويضاف عصير الليمون ويرفع من فوق النار .
- ٤ - يضاف عصير المشمش السابق لهذا المحلول السكرى ويقلب معه جيداً .
- ٥ - يغلى الشراب مدة ٥ دقائق مع نزع الريم .
- ٦ - يصفى الشراب ويعبأ فى الزجاج الجاف المعقم ويحكم الغطاء .

شراب المانجو

المقادير :

١ لتر ماء سلق البذور	١ ٢ كيلو سكر
٧ ملعقة كبيرة من عصير ليمون	١٢ جرام من بنزوات الصوديوم لكل لتر شراب

الطريقة :

- ١ - تغسل المانجو وتجفف وتقشر ربيعاً وتقطع قطعاً صغيرة وترش بقليل من السكر السنتر فيش (ويحسن إضافة قليل من عصير الليمون محافظة على لونها الطبيعى) ، وتترك مدة ٤ - ٦ ساعات .
- ٢ - يصفى اللحم بمصفاة ثم بالشاشة ويكيل العصير .
- ٣ - توضع البذور والقشر والألياف الناتجة من التصفية فى إناء مع مقدار من الماء يسكنى لتغطيتها وترفع على النار وتغلى مدة ١ ساعة ثم يصفى الماء .
- ٤ - يذاب السكر فى المقدار اللازم من ماء السلق ويغلى على النار مع نزع الريم حتى يغلظ قوامه نوعاً فيضاف إليه عصير الليمون ويغلى مدة دقيقتين ويرفع من فوق النار
- ٥ - يترك المحلول السكرى حتى يبرد ، مع التقليب آناً فآناً ، ثم يضاف إليه عصير المانجو المصق ويقلب معه جيداً .
- ٦ - يكيل الشراب ويؤخذ لكل لتر منه جرام من بنزوات الصوديوم .
- ٧ - تذاب البنزوات فى قليل من الماء المغلى ويضاف للشراب ويقلب جيداً .

٨ - يصفى الشراب ويعبأ في الزجاج المعقم ويحكم السداد .

٩ - يخزن في مكان جاف متجدد الهواء .

شراب الحصرم

المقادير :

١٥ كيلو سكر سنتر فيش لكل لتر من		كيلو حصرم العنب
سائل سلق الحصرم		ماء يكفي للغطاية (٥ كوب)
		ملعقة كبيرة من عصير الليمون لتر شراب

الطريقة :

١ - تنزع أعناق الحصرم ويغسل الحب جيداً ثم يوضع في إناء ويغطى بمقدار الماء ويرفع على النار حتى تنهرى الثمار .

٢ - يصنى بمصفاة ضيقة الثقوب ثم بشاشة .

٣ - يكيل ويضاف إليه السكر بواقع ١٥ كيلو سكر لكل لتر من السائل المصفى .

٤ - يرفع على النار الهادئة مع التقليب حتى يذوب السكر تماماً - ثم يغلى مدة ربع ساعة حتى يحمر لون الشراب .

٥ - يضاف عصير الليمون ويغلى مدة ٥ - ١٠ دقائق أخرى مع نزع الريم .

٦ - يرفع من فوق النار ويصفى ويعبأ في زجاجات معقمة ويحكم سداده .

شراب الرمان

المقادير :

ملعقتان كبيرتان من عصير ليمون		لتر من عصير الرمان
جرام بنزوات الصوديوم لكل لتر شراب		١٦ - ٣ كيلو سكر سنتر فيش

الطريقة :

١ - يلمتخ الرمان الناضج الأحمر ويفضل النوع المسمى بالمنفلوطى .

٢ - يغسل الرمان ويجفف ثم تفصل حبوبه .

٣ - يوضع مقدار من الحبوب في قطعة قاش ويضغط عليها جيداً باليدن لإستخراج

- العصير ثم يستغنى عن البذور - وتكرر العملية حتى ينتهى المقدار .
- ٤ - يكيل العصير ويضاف إليه مقدار السكر (١ ١/٢ كيلو لكل لتر) تدريجياً مع التقليب آناً فآناً حتى يتم ذوبان السكر ثم يضاف إليه عصير الليمون .
- ٥ - يصفى الشراب ويكيل ويذاب مقدار من البنزوات (جرام لتر) فى قليل من الماء المغلى ثم يضاف للشراب ويقلب جيداً .
- ٦ - يعبأ الشراب فى زجاجات معقمة ويحكم سدادها - وتخزن فى مكان جاف متجدد الهواء .

شراب اللوز

المقادير :

١/٢ كيلو لوز	٤ كيلو سكر روس مدقوقاً ناعماً
٢ ١/٢ كيلو ماء مغلى (١٠ كوبه)	٤ ملاعق كبيرة من عصير ليمون
٤ - نقط روح الورد	جرام من بنزوات الصوديوم لكل شراب

الطريقة :

- ١ - يغسل اللوز جيداً بالماء البارد عدة مرات حتى يصفر لون الماء .
- ٢ - يغطى اللوز بالماء البارد ويرفع على النار ويغلى مدة ٣ - ٥ دقائق حتى يسبل تقشيره . يشطف بالماء ويقشر ويبقى فوراً فى إناء به ماء بارد .
- ٣ - يشطف اللوز ثانياً ؛ ويخفف بخزفة نظيفة ، ثم يفرى بالمفراة للناعمة (ما كينة اللحم) .
- ٤ - يغلى مقدار لتر من الماء ويصب على اللوز المفرى ويقاب معه جيداً مدة ٥ دقائق ، ثم يصفى الماء من اللوز .
- ٥ - تكرر العملية مرة ثانية وثالثة ، باستعمال ٣ كوبه من الماء المغلى ، حتى تحصل على ٢ ١/٢ لتر من ماء نقع اللوز .
- ٦ - يضاف مقدار السكر لماء نقع اللوز تدريجاً مع التقليب آناً فآناً حتى يذوب السكر تماماً .
- ٧ - يصفى الشراب ويكيل ويضاف لكل لتر منه جرام من بنزوات الصوديوم مذابة فى قليل من الماء المغلى كذا عصير الليمون .

٨ - يقلب الشراب جيداً بصنى ثانية ويضاف إليه روح الورد ويعبأ في الزجاج الجاف ويحكم الغطاء .

شراب الوشنة

١ - تغسل الوشنة جيداً وتنقع في الماء البارد (لكل كيلو وشنة ١٠ أكواب ماء) وتترك مدة ١٢ ساعة .

٢ - تغلى الوشنة مدة ١ ساعة ثم يصفى السائل ويكبل .

٣ - يؤخذ لكل لتر من السائل المصفى ١١ كيلو من السكر وملعقتان كبيرتان من عصير ليمون .

٤ - يضاف السكر للسائل ويقلب جيداً ثم يرفع على نار هادئة مع التقليب حتى يذوب السكر تماماً .

٥ - يضاف إليه عصير الليمون مع الاستمرار في التقليب ويغلى مدة ٥ دقائق مع نزع الريم .

٦ - يرفع من على النار ويصنى بشاشة ويعبأ في الزجاج الجاف المعقم ويحكم الغطاء ويخزن في مكان جاف متجدد الهواء .

شراب الخروب

١ - تغسل ٢ كيلو من الخروب وتجفف تماماً ثم تدق وتنقع في لترين من الماء مدة ١٢ ساعة ثم يصفى ماء النقع .

٢ - يضاف للخروب مقدار من الماء ويرفع على النار ويغلى مدة ١ ساعة ثم يصفى منه الماء ويضاف لماء النقع السابق ويكبل السائل .

٣ - يضاف لكل لتر سائل من ١ ١/٤ : ١ ١/٢ كيلو سكر ويقلب الخليط جيداً ، ثم يغلى مدة ٥ دقائق مع نزع الريم .

٤ - يضاف ملعقتان كبيرتان من عصير الليمون لكل لتر سائل ويغلى الشراب مدة ٥ دقائق أخرى مع نزع الريم .

٥ - يصفى الشراب ويعبأ في زجاجات جافة ويحكم غطاؤها .

شراب التمر هندي

المقادير :

١ كيلو تمر هندي أحمر ، ١ كيلو تمر هندي أسود | ٢ ١/٢ لتر ماء (١٠ كوب) .
٣ كيلو سكر سنتر فيش | ٤ ملاعق كبيرة من عصير ليمون

الطريقة :

- ١ - يغسل التمر هندي ويقطع قطعاً صغيرة وينقع في مقدار من الماء يكفي لتغطيته (ويشترط ألا تزيد هذه الكمية عن ٦ كوبات) مدة ١٢ ساعة .
- ٢ - يرفع على النار ويغلى مدة ٥ دقائق فقط ثم يصفى بالمصفاة ثم بالشاشة .
- ٣ - يكيل الناتج من التصفية لمعرفة مقدار الماء الواجب إضافته لتكملة المقدار ٢ ١/٢ لتر (١٠ كوب) .
- ٤ - يضاف هذا المقدار من الماء على مقدار السكر ويرفع على النار ليعقد مع نزع الرغيم .
- ٥ - يضاف عليه التمر هندي المصفى السابق ويترك يغلى غلوة واحدة حتى يبقى التمر هندي حافظاً لطعمه الطبيعي بقدر الإمكان .
- ٦ - يضاف عصير الليمون ويترك الشراب يغلى على النار مدة ٣ : ٥ دقائق .
- ٧ - يصفى الشراب ويبعد في زجاجات معقمة ويحكم غطاؤها وتحفظ في مكان جاف متجدد الهواء .

شراب السكر كدية

المقادير :

١ كيلو كركديه ، ٣ لتر ماء | جرام من بنزوات الصوديوم لكل لتر شراب
٢ ١/٢ - ٤ كيلو سكر سنتر فيش | ٤ ملاعق كبيرة من عصير ليمون

الطريقة :

- ١ - يغسل الكركديه وينقع في الماء ويترك مدة ١٢ ساعة - يصفى ويكيل ويتم
- لثلاث لترات (ملء ١٢ كوب) .
- ٢ - يضاف إليه السكر تدريجاً ويقلب آنفاً فأنه يذوب في الماء الكركديه ولا يذوب .

وضع السكر كديه على النار بتاتا لئلا يسود لونه .

٣ - يصنف ويكيل الشراب لمعرفة مقدار البنزوات الواجب إضافتها .

٤ - تذاب بنزوات الصوديوم في مقدار ٤ ملاعق من الماء المغلي ثم تضاف للشرب

٥ - يضاف عصير الليمون ويقلب الشراب جيداً .

٦ - يصنى بشاشة ويعبأ في زجاجات نظيفة جافة معقمة ويحكم غطاؤها وتخزن في مكان جاف متجدد الهواء .

الشراب الصناعي

عبارة عن محلول سكري مضاف إليه زيت عطري كزيت الورد والبنفسج بلسب خصوصية وياون باللون المائل للون الطبيعي ويتميز بشدة غزارة الطعم واللون والرائحة ويختلف هذا النوع عن الشراب الطبيعي بانخفاض قيمته الغذائية وانعدام الطعم الطبيعي الفاكهة فيه وخلوه من الأحماض الطبيعية التي في ثمار الفاكهة وهو من الأنواع الرخيصة الغير المستحبة ، ويقبل على استهلاكه طبقة معينة من الناس ، وتحرم صناعته بعض البلدان الأجنبية ، كما تقضى لوائح بعض هذه البلاد بضرورة بيان تركيبه على البطاقات الملصقة بالآواني المعبأة .

المقايير :

٤ جرامات حمض الليمون	٢ كيلو سكر
١٢ جرامات بنزوات الصوديوم	٤ - ٥ جرام زيت عطري

الطريقة :

١ - يعمل محلول سكرى ويضاف إليه ملح الليمون، ويغلى قليلا على النار.

٢ - يصني ثم يترك حتى يبرد ثم تضاف البنزوات بعد إذابتها .

٣ - يضاف الزيت العطري وكذا اللون ويقلب جيداً ثم يعبأ ويغفل .

٤ - تلصق البطاقات ويخزن .

ومن أصفاء الشامة النفس، الورد، العز، الموز، البرتقال، المانجو، الفواولا

التسكرير

هو عبارة عن أن يستبدل بعصير الفاكهة محلول سكرى مركز مع الاحتفاظ بصلابة أنسجة الثمار ولونها وشكلها الطبيعي بقدر المستطاع . وهذه العملية تتطلب وقتاً طويلاً حتى يتم استبدال المحلول السكرى بعصارة الثمار ، ويراعى في انتخاب الثمار لهذه العملية أن تكون صلبة القوام غير قامة النضج .

طريقة التسكرير :

- ١ - الفرز : تفرز الثمار ويزال التالف منها ثم تغسل جيداً وتجفف .
- ٢ - تحضير الفاكهة : تقشر الثمار كما في التفاح والكمثرى وتقطع إن كانت كبيرة الحجم أو تنقب ثقباً رفيعاً كما في الكمكوات والمواخ الصغيرة حتى ينفذ المحلول السكرى إلى داخلها وحتى لا تتجمد ، ويجب اجتناب استعمال الإبر المصنوعة من الحديد في الشقيب .
- ٣ - التبخير : تعرض الفاكهة لغاز ثانى أكسيد الكبريت وذلك لتحسين لونها وقتل الأحياء الدقيقة الملوثة لها وإيقاف فعل الأنزيمات التى تعمل على أكسدة لونها . - فى المعامل تعرض الفاكهة لهذا الغاز داخل حجر الكبريت - أما فى المنازل فيكتفى بصندوق له غطاء وبوسطه سطح مستو من القماش اللين فتوضع الثمار على القماش ويحرق كبريت العمرد فى الصندوق فيتخلل النار جميع سطح الثمار - وتوقف المدة اللازمة لهذه العملية على الرطوبة فى الفاكهة ، فكلما كثرت قلت مدة التعريض (التبخير) وكثيراً ما يستغنى عن عملية التبخير بالمنازل .
- ٤ - غسل الفاكهة بعد التبخير : تغمر الثمار بعد التبخير فى ماء فى درجة الغليان مدة عشر دقائق - أما الثمار الصلبة فتغسل مرة ثانية بالماء البارد لتطرية أنسجتها .
- ٥ - المحلول السكرى : يجب أن تكون كميته كافية لغمر الثمار المراد تسكيرها ؛ وتكون نسبة السكر فيه قليلة فى بدء العملية ثم تركز تدريجياً هكذا :
(١) يعمل محلول سكرى مخفف بنسبة ١ كيلو سكر لكل لتر ماء وجرام حمض ليمون ويفضل دائماً أن تكون المادة السكرية المستخدمة من جزء واحد من سكر الجلو كوز وجزءان من سكر القصب لئلا تحجب عند استعمال سكر القصب فقط .

(ب) يغلى المحلول السكرى على النار قليلاً ثم يضاف إليه الفاكهة المجهزة وتغلى مدة ثلاث دقائق ثم توضع بعد ذلك فى أوان غير عميقة معدة للتسكير مصنوعة من الفخار المدهون ثم تترك النار فيها مدة ٢٤ ساعة بعد تغطيتها تماماً بالمحلول الذى أغليت فيه .

(ج) تذلّل الفاكهة من المحلول السكرى ويوضع المحلول بمفرده على النار وتزداد كثافته بإضافة سكر بمقدار ١٥٠ جرام لكل لتر ماء أضيف عند بدء عمل المحلول .
(د) تكرر العملية بإغلاء المحلول وزيادة تركيزه ونقع الثمار فيه حتى تصل كمية السكر المستعملة إلى كيلو سكر لآلر السائل .

(هـ) تترك الفاكهة مغمورة فى المحلول السكرى فى مكان بارد لحين الرغبة فى تسكيرها وحينئذ تذلّل من المحلول وتصفى من الزائد منه وتجفف إما بتعريضها للجو أو بتجفيفها بقطعه رطبة من القماش اللين - ثم يحضر محلول سكرى مركز مشبع من السكر القصب ويغلى ثم يبرد قليلاً حتى يبدأ فى التبلور فتوضع فيه الثمار مدة بضع دقائق ، ثم ترفع منه وتعرض للجو حتى تجف .

٦ - تلف بورقة سلوفان أو ورق زبد ويليه غطاء من الورق المفصض .

الباح المسكر

- ١ - يغسل الباح ويقشر ويسلق وتنزع النواة ويحشى ويعاد سلقه حتى يقرب من النضج كما فى عمل مربى الباح رقم ١ (صفحة ٧٩٤) .
- تتبع الطريقة العامة للتسكير من بند ٥ - ٦ (صفحة ٨٢١ - ٨٢٢) .

التفاح المسكر

- ١ - يحسن استعمال التفاح البولس الصغير الحجم أو يستعمل التفاح الأمريكانى الصغير .
- ٢ - يقشر رفيحاً وتترك الثمار صحيحة أو تشق الواحدة نصفين .
- ٣ - يغلى مقدار من الماء ويضاف إليه بضع وحدات من التفاح المجهزة وتترك مدة ٥ دقائق ثم تذلّل باحتراس وتوضع فى مصفاة وتكرر العملية حتى يذهب المقدار .
- ٤ - تتبع الطريقة العامة للتسكير من بند ٣ - ٦ (صفحة ٨٢١ - ٨٢٢) .

الكثيرى المسكرة

تعمل كالتفاح المسكر تماماً باختيار الثمار الصغيرة الصلبة .

مسكر المشمش

- ١ - نلتخب الوحدات الكبيرة الممتلئة اللحم ونغسل جيداً ونشق من جنب واحد ونزع النواة باحتراس وتستبدل النواة بقطعة مشمش .
- ٢ - يغلى مقدار من الماء ويأق فى المشمش قليلاً قليلاً وبعد دقيقتين ترفع هذه الوحدات بمقصوصة وتوضع على مصفاة، وتكرر العملية حتى يذهى مقدار المشمش
- ٣ - يعمل محلول سكرى كما فى بند ٥ فى طريقة التسكير وتتم العملية حتى النهاية .

مسكر الخوخ

- ١ - نلتخب الثمار الصلبة ونغسل ونسلق بنواتها مدة ٥ دقائق .
- ٢ - تتم كالمشمش تماماً .

التين المسكر

- ١ - ننتخب الثمار الصلبة الغير الناضجة ونغسل جيداً ثم نسلق مدة ٥ دقائق وترفع وتوضع على مصفاة .
- ٢ - تتبع الطريقة العامة للتسكير من بند ٥ - ٦ (ص ٨٢١ - ٨٢٢) .

مسكر اللارنج الأخضر الصغير

- ١ - نستعمل ثمار اللارنج الخضراء الصغيرة الحجم جداً (حجم عين الجمل) .
- ٢ - تغسل جيداً وتثقب ثقوباً رفيعة باستعمال قطعة خشب رفيعة (خلة) أو سيخ رقيق من المعدن لسهولة دخول المحلول السكرى ومنعاً من تجمدها أثناء التسكير .
- ٣ - يوضع فى إناء ويغطى بالماء البارد ، ويرفع على النار ويغلى مدة ٥ دقائق ويستبدل الماء بمقدار آخر من الماء البارد وتكرر العملية مرتين أو ثلاث مرات
- ٤ - تتبع الطريقة العامة للتسكير من بند ٥ - ٦ (ص ٨٢١ - ٨٢٢) .

الكهكوات المسكر

يعمل كاللارنج المسكر السابق تماماً .

قشر اللارنج المسكر

١ - يبشر اللارنج وينزع القشر باحتراس ويقطع دوائر صغيرة قطرها بوصة وتلصق الدوائر بالحيط أو يقطع شرائح عرضها حوالي ٣ سم وتلف بعضهم على بعض وتلصق بالحيط .

٢ - يوضع اللارنج في مقدار من الماء البارد يكفى لتغطيته ويرفع على النار ويغلى مدة ٥ دقائق ثم يلقى في الماء ، وتكرر العملية مرتين أو ثلاث مرات حتى يقرب القشر من النضج .

٣ - يرفع من الماء ويوضع على مصفاة .

٤ - تذيق الطريقة العامة للتسكير من بند ٥ - ٦ (ص ٨٣١ - ٨٣٢) .

ملحوظة : قبل تمام جفاف دوائر اللارنج تلتصق كل دائرتين معاً ، ويمكن وضع لوزة صالحة أو فستق أو لوز مفري بين الطبقتين ، أو يقتصر على لصق الدائرتين معاً وتجميل الحواف بالفستق المفري .

قشر الليمون الهندي المسكر

يعمل كمسكر قشر اللارنج تماماً .

قشر البرتقال المسكر

١ - يسكر قشر البرتقال السميك وأفضل الأنواع قشر البرتقال اليافاوى .

٢ - يعمل كقشر اللارنج المسكر ويستغنى عن تغيير مياه السلق .

تسكير قشر الموالح المستعمل للحلوى

أنواع الموالح المسكرة التي تستعمل في عمل وتجميل الحلوى والكمك الخ هي قشر اللارنج والليمون الهندي والأضاليا والبرتقال ، وتسكيرها كالسابق ، غير أن القشر إما أن يقطع أنصافاً أو أرباعاً ويسكر كما هو .

الحفظ باستعمال المواد الحافظة الكيميائية

المادة الحافظة هي التي تستطيع أن تؤخر أو تعوق أو توقف عملية التخمير أو الخمرصة أو التحليل في الطعام . ومعظم المواد الحافظة ضارة بالجسم ، وأقلها ضرراً أحماض الكبريتوز المخفف جداً وبنزوات الصوديوم الشائعة الاستعمال بدسب ضئيلة وتستخدم هذه المادة عادة في حفظ الشراب وعصير الفاكهة التي لا يراد تعريضها للحرارة .

عصير الفاكهة

هو عصير الفاكهة الطبيعية المستخرج منها بالعصر ، ويستهلك على حالته الطبيعية أى بدون إضافة أى مادة تغير من طعمه ونكهته المميزة له .

ويعتبر عصير الفاكهة من المواد ذات القيمة الغذائية الكبيرة لاحتوائه على الكربوهيدرات والأحماض والفيتامينات ، علاوة على أهميته الاقتصادية الكبيرة حيث يقتصر استخراج العصير على ثمار الفاكهة غير الصالحة للاستهلاك الطازج بالنسبة لصغر حجمها أو لعدم تناسب شكلها ، كذلك تحفظ لاستخدامها في وقت تنعدم فيه ثمار الفاكهة الطبيعية أو تقل .

الأنواع المبرمجة لثمار الفاكهة المستعملة في صناعة العصير :

- ١ - ثمار الموالح وأهمها البرتقال والجريب فروت والليمون وتستخدم في عمل العصير والشراب .
- ٢ - ثمار الشليك والمان ، والأناناس ويحضر منها العصير والشراب .
- ٣ - ثمار العنب ويستخرج منها عصير العنب ومنه يصنع النبيذ والخل .
- ٤ - ثمار التفاح ويستخرج منها السيدر والعصير ومنه يصنع الخل .

عمليات تحضير وحفظ الفاكهة

١ - استخراج العصير :

- (أ) تلتخب الثمار السليمة وتنظف على حسب نوعها ثم تغسل وتجفف جيداً .
(ب) في الثمار اللحمية الصلبة نوعاً كالنفاخ والعنب الأحمر والكريز تهرس أولاً ثم تسخن إلى درجة متوسطة من الحرارة بين ٦٠ - ٧٠° مئوية مدة ١٠ دقائق لتسهيل استخراج العصير ولا يستخلص لونه في حالة استخدام الثمار الملونة كالعنب الأحمر والشليك ثم يستخرج العصير بالعصر .
(ج) الثمار الغنية بمصارتها كالموالح والمان تعصر بدون هرس .

٢ - الترويق :

- ويقصد به فصل جميع أنواع المواد العالقة سواء أكانت كبيرة الحجم أو دقيقة كالسكتين وأنواع البروتينات والمشويات وذلك باتباع الآتي :
(أ) يترك العصير حتى يرسب ما به من رواسب في أوان من الفخار المظلي (ماجور إسكندرانى أو آنية من الصاج مدة تتراوح بين ٦ : ١٢ ساعة) .
(ب) يفصل العصير الراقي ثم يرشح خلال كيس من القماش السميك أو كيس من اللباد .
٣ - إضافة المواد الكيميائية الحافظة :

يضاف للعصير المرشح بنزوات الصوديوم بمقدار ١٣ جرام لكل لتر عصير بعد إذابتها في قليل من الماء المغلى (حوالى ملعقتين كبيرتين) .

٤ - التجميد :

يعبأ العصير في الزجاجات المعقمة ويحكم غطاؤه بالفلين المعقم ثم بطبقة من الشمع .
ملحوظة : يمكن الاستغناء عن إضافة بنزوات الصوديوم بتعقيم الزجاجات المملوءة في درجة حرارة تبلغ ١٨٠ فهرنهيت مدة ١/٢ ساعة .
وقد شاع حفظ عصير الليمون بين ربات المنازل ، لاستعماله في وقت يقل فيه وجود الليمون ، ولذا سنورد فيما يلى كيفية حفظه .

حفظ عصير الليمون

المقادير والطريقة :

- ١ - تلتخب الثمار الحالية من العطب وتغسل وتجفف جيداً ، ويشر مقدار ١ الكمية بشراً خفيفاً .
- ٢ - يضاف للبشر مقدار وزنه من السكر السنتر فيش ويدعك جيداً ويترك لحين الاستعمال .
- ٣ - يعصر الليمون ويصفى بقطعة شاش نظيفة جافة ضيقة الثقوب ثم يضاف إليه الزيت المستخرج من البشر ويترك العصير في إناء من الفخار أو الصاج مدة ٦ ساعات .
- ٤ - يفصل العصير الرائق ويصفى خلال قطعة قاش سميكة ثم يسكيل ويضاف لسكر لتر منه ١٣ جرام من بنزوات الصوديوم مذابة في قليل من الماء المغلى ويقاب جيداً
- ٥ - يعبأ العصير في زجاجات نظيفة جافة قائمة اللون صغيرة الحجم ويحكم غطاؤها وتحفظ في مكان مظلم لئلا يؤثر الضوء على العصير فيغير من لونه ، ويلاحظ استعمال الزجاجات الصغيرة حتى تستهلك الزجاجات في مدة قصيرة فلا يفسد العصير .

الحفظ باستعمال الملح والخل التخليل والتليج

التخليل هو حفظ المواد الغذائية (الخضراء عادة) في محلولات ملحية أو محلولات مخففة من الخل ، والغرض من عملية التخليل هو الاحتفاظ بالمواد الغذائية في حالة صالحة للتغذية بأن تتوافر فيه جميع الاعتبارات الصحية مع احتفاظ هذه المواد بعد الانتهاء من تحليلها بطعمها المميز لنوعها وبقوة صلابتها أنسجتها ولونها على قدر ما تقتضى به طبيعة عملها التليج واستعمال الملح والخل يمنع البيئة الملائمة لنمو وتكاثر البكتريا . نظراً إلى ارتفاع درجة تركيز الملح في المواد المستخدمة إذ يتراوح مقدارها ما بين ١٠ : ١٥ ٪ ، أو تركيز حمض الخليك التي تبلغ ٣ : ٤ ٪ . مع ملاحظة تجنب تعريض سطح المحلولات الملحية إلى الهواء الجوى مباشرة حتى لا تتعرض لنمو بعض الخمائر ، ولذا يغطى سطح هذه المحلولات

المحتوية على الخضر المراد حفظها إما بطبقة من زيت أو طبقة من التبات الخضراء ،
كالشبت أو ورق العنب أو الفلفل الأخضر .

قوائم التخليل

- ١ - يهشط نمو وتكاثر بكتريا حمض اللكتيك التي تحفظ الخضر بتخمرها
- ٢ - يوقف نمو وتكاثر الأنواع الضارة من الأحياء الدقيقة التي تعمل على تلف الخضر
- ٣ - استخدام عصير الخضر ووضع محلول ملحي بدله .
- ٤ - يكسب الخضر ونكهة خاصة ويزيل طعمها الغض .

تجهيز الخضر للتخليل :

- ١ - تفرز الأشياء المراد تخليلها وتجهز على حسب نوعها .
- ٢ - تحفظ في محلول ملحي مدة تختلف باختلاف نوع الخضر . وفائدة هذه العمالة إعداد أنسجة الخضر لامتناس الخل أو محلوله بسرعة وإفية عند إضافته إليها ، وتخمّر الخضر خلال هذه الفترة ويتغير لونها وطعمها ورائحتها بفضل تأثير بكتريا حمض اللكتيك والمحلول الملحي فتفقد الخضر طعمها الغض وقوامها اللين ويصبح لحمها شفافاً تقريباً ، ويتغير لونها من اللون الأخضر إلى اللون الأصفر المائل إلى الأصفر أو إلى الأصفر أو إلى اللون الزيتوني الأدكن .
- ٣ - ترفع الخضر التي يراد تخليلها في الخل من المحلول الملحي .
- ٤ - تنقع في ماء ساخن عدة ساعات لإزالة القدر الزائد من الملح من الأنسجة .
- ٥ - تخزن في محلول من الخل العادي أو المنبل أو المضاف إليه الملح .

المواد والأدوات المستخدمة للتخليل :

- ١ - الملح : ويجب أن يكون نقياً خالياً من جميع أنواع الشوائب ، وأكثر هذه الشوائب هي أملاح الجير والمغنسيوم ، ويعتبر النوع الرشيد ذي اللون الأبيض أفضل الأنواع المستخدمة .
- ٢ - الماء : ويجب أن يكون نقياً خالياً من المواد العضوية والقلوية وأملاح الحديد لأن هذه المواد تؤدي إلى سرعة التعفن وإيونة أنسجة الخضرا فضلاً عن تكوينها بيئة صالحة لنمو وتكاثر الأحياء الدقيقة الضارة بعمليات التخليل .

٣ - الحبل : تستخدم الأنواع الجيدة الحالية من الرائحة ، أن يكون رائقاً شفافاً خالياً من الرواسب الصلبة أو الأغشية العالقة أو الطافية ، وأن يكون قديماً غير حديث التحضير حتى تتوافر فيه النكهة المميزة للحبل الجيد .

٤ - التوابل : تقتصر فائدة التوابل في صناعة التخليل على إكساب الخضر نكهة خاصة ، وليس لها أى تأثير حافظ ، وأكثر الأنواع المستخدمة منها هى :
القرنفل ، الزنجبيل ، القرفة ، جوزة الطيب ، الثوم ، الفلفل الأسود ، الشبث . وقد يستخدم الفلفل الأحمر أو مسحوق الخردل أو كلاهما لإكساب المخملات طعماً لاذعاً حريفاً . وتتلخص طريقة استعمال التوابل على وجه عام في إضافتها إلى المخملات الملحية أو الحليّة بالمقدار المناسب ثم إغلاقها حتى تكتسب هذه المحلولات الطعم المرغوب فيه ، ثم تترك لتبزر ثم ترشح قبل استعمالها في التخليل .

٥ - المواد الملونة : كانت سلفات النحاس من المواد المستعملة في التلوين لإكساب الخضر اللون الأخضر الزاهى ، ولكنها الآن محرمة قانوناً ، وخصوصاً في البلاد الأجنبية كبريطانيا العظمى والولايات المتحدة ، وتوجد في الحاضر مواد ملونة غير سامة وهى من الصبغات النباتية أو الصبغات الناتجة عن تقطير قطران الفحم .

٦ - أدنى التجهيل : وتتخذ إما من الفخار أو الزجاج أو الخشب (براميل) .

طرق التخليل

تنقسم طرق التخليل قسمين رئيسيين :

- ١ - طريقة التخليل بالملح الجاف كما في الزيتون الأسود والسردين .
- ٢ - طريقة التخليل بواسطة المحلولات الملحية كما في الزيتون الأخضر والخيار الخ

الطريقة الأولى (الملح الجاف) :

- ١ - تجهز الخضر بعد فرزها ويضاف إليها الملح الجاف بنسب تختلف باختلاف الصنف المراد تخليله ثم يمزج الملح جيداً بالخضر .
- ٢ - يوضع ثقل خشى أو صخرى صلب على السطح العلوى للخط حتى تبقى مغمورة تحت سطح المحلول الملحي الذى يتكون بعد أيام قليلة .

٣ - بعد ثلاثة أو أربعة أيام يضاف مقدار آخر من الملح، مع ملاحظة توزيع الملح بانتظام على السطح فقط ، أى بدون تقليب ، وتكرر هذه العملية ٣-٥ مرات على حسب النوع المستعمل .

الطريقة الثانية (المحلولات الملحية) :

١ - يجهز محلول ملحي ذو درجة تركيز قدرها ١٠ ٪ / ١٠٠ جم ملح لكل لتر ماء ويضاف للنخضر المراد تحليلها بعد تجهيزها .

٢ - يغطى سطح المحلول الملحي بطبقة عازلة كالزيت لمنع تلوثها بالأحياء الدقيقة الصادرة .

النقط الواجب مراعاتها في التحليل :

- ١ - استعمال ماء نقي خال من الشوائب المضرّة .
- ٢ - استعمال ماء نقي خال من المواد القلوية والعضوية وأملاح الحديد .
- ٣ - إزالة المواد الطافية على سطح المخلات باستمرار .
- ٤ - البدء في تحليل الخضر قبل أن يتسرب إليها الفساد .
- ٥ - مراعاة انقار المخلات تحت سطح المحلولات الملحية على الدوام .
- ٦ - استخدام محلولات ملحية غير مركزة في بدء عمليات التحليل ثم رفع درجات تركيزها تدريجاً .

المخلالات على الطريقة البلدية

اللفت المخلل (رقم ١)

- ١ - يغسل اللفت جيداً بفرجون لإزالة جميع المواد العالقة به ويشطف جيداً .
- ٢ - تقطع الأوراق (العروش) ثم تشق الواحدة لأربع أجزاء ، بشرط أن تظل متصلة من القاعدة ، أما الوحدات الصغيرة فكثيراً ما تترك صحيحة .
- ٣ - يوضع اللفت في آنية التخail ومعه قليل الجزر البلدى أو قطعة صغيرة من البنجر لتحسين اللون ثم يغطى بمحلول ملحي (ملعقتان ملح لكل لتر ماء) .
- ٤ - تغطى الآنية وتترك حتى يتم تحليل اللفت .

اللفت المخلل (رقم ٢)

- ١ - يغسل كالسابق ، ويقطع أشكالاً زخرفية باستعمال سكين خضر خاص مشرشر أو بالمقاطع الخاصة ثم يخلل كاللفت المخلل رقم ١ .
الفاقل المخلل

يغسل الفلفل ويوضع في ماء مملح ويترك حتى ينضج ، وقد يضاف لماء التخليل جزء من الخل .

مخلل الجزر الأفرنجي الأصفر

- ١ - يغسل الجزر السليم المتوسط الحجم ، ويقطع أشكالاً زخرفية بالسكين أو بالمقاطع الخاصة .
- ٢ - يسلق نصف سلق في الماء والملح ، وقد يخلل بدون سلق .
- ٣ - يترك حتى يبرد تماماً في حالة سلقه ، ثم يوضع في إناء التخليل ويغطى بمحلول ملحي (ملعقتان ونصف ملعقة ملح لكل لتر ماء) ويغطى الإناء تماماً ويترك حتى ينضج الجزر .

الخيار المخلل

- ١ - تلتخب الوحدات الصغيرة الصلبة وتغسل جيداً .
- ٢ - توضع في إناء التخليل ويصب عليها أحد المحاليل الآتية :
(أ) محلول ملحي (ملعقتان ملح لكل لتر ماء) .
(ب) سائل نصفه محلول ملحي كالسابق ، والنصف الآخر خل عنب أبيض .
- ٣ - قد يضاف لآنية التخليل بضع فصوص من الثوم أو الثوم والكرفس أو الكرفس والشطة أو الفلفل الأخضر الحريف ، ويختلف هذا تبعاً للرغبة .
- ملحوظة : ١ - يجب أن يظل الخيار مغموراً في المحلول وذلك بالشقبل عليه .
- ٢ - يزال الزيم الأبيض حال تكونه على السطح لأنه يعمل على نعومة وسرعة تلفه

مخلل البصل على الطريقة البلدية

- ١ - يمتخب البصل الناضج الصغير الحجم ويوضع في قدر من الفخار وينطى بمحاول ملحى (ملعقتان ملح لكل لتر ماء) .
- ٢ - يحكم غطاء القدر وتوضع في الشمس مدة ٤٠ يوماً .
- ٣ - يقشر البصل ويقدم أو يقشر ويوضع في قليل من الخل المخفف بالماء المغلي البارد

مخلل الباذنجان الأسود البلدى

- ١ - يغسل الباذنجان البلدى الصغير الحجم ويسلق نصف سلق في ماء بمالح .
 - ٢ - يرفع من الماء ويشق بالطول ويحشى على حسب الرغبة بنوع من الحشو الآتى:
(أ) ثوم مدقوق ناعماً مع كسيرة جافة وقليل من الملح والشطة .
(ب) ثوم مدقوق ناعماً مع كسيرة جافة وقليل من الملح والشطة والمقدونس المفري
(ج) ثوم مدقوق ناعماً مع كسيرة جافة وقليل من الملح والشطة والكرفس المفري
(د) ثوم مدقوق ناعماً مع الملح والشطة .
 - ٣ - يرص في برطمان ويغطى بالخل المغلي البارد ، أو بمخلوط من الخل والماء المالح المغلي البارد ، ويمكن أكل الباذنجان بعد يومين أو ثلاثة أيام .
- ملحوظة : إذا استعمل الحشو المحتوى على الكرفس المفري تلف كل باذنجانة بعرق من الكرفس للمحافظة على الحشو ، ثم يرص الباذنجان ، وقد يوضع معه كمية من الثوم لمقشور الصحيح .

الليمون المخلل

- ١ - تلمتخب النار الناضجة الكبيرة الحجم السليمة من العطب وتغسل جيداً وتشق الواحدة أربعة أجزاء بشرط أن تظل متصلة من القاعدة .
- ٢ - يخلط العصفر بالحبة السوداء والملح بنسبة ١٠ ملاعق كبيرة عصفر ، ٥ ملاعق كبيرة ملح ، ملعقة كبيرة حبة سوداء .
- ٣ - يملأ الوسط بجزء من الخليط السابق ويرص الليمون بإحكام في الأنية المعدة للتخليل .
- ٤ - يغطى الليمون على حسب الرغبة ، إما بعصير الليمون المصفى أو بخل العنب الأبيض .

٥ - يضغط على الليمون ويوضع قليل من القشر على السطح ويحكم الغطاء ويترك في مكان جاف متجدد الهواء حتى يتم تحليله .

الزيتون الأخضر المخلل (رقم ١)

١ - تختار الثمار الخضراء الصلبة الأنسجة وتغسل جيداً ، ثم تغطى بمحلول ملحي (ملعقة كبيرة لكل لتر ماء) وتترك مغمورة فيه مدة ١٠ أيام .

٢ - يرفع الزيتون من المحلول الملحي ويغسل ويوضع في إناء التخليل المعد .

٣ - يغطى بسائل مكون من محلول ملحي (ملعقتان ونصف ملعقة لكل لتر ماء) وعصير ليمون بحيث يكون $\frac{1}{4}$ السائل عصير ليمون ، $\frac{2}{3}$ محلول ملحي أو $\frac{1}{4}$ السائل عصير ليمون ، $\frac{1}{4}$ محلول ملحي .

٤ - يضغط على الزيتون باليد قليلاً للتأكد من تمام تغطيته ، وقد يوضع على السطح مقدار من قشر الليمون .

٥ - يغطى إناء التخليل بغطائه المحكم ويترك الزيتون في مكان دافئ حتى يتم تحليله ويستغرق ذلك حوالي ٣ أسابيع .

الزيتون الأخضر المخلل (رقم ٢)

١ - تختار الثمار الخضراء كبيرة الحجم صلبة الأنسجة .

٢ - توضع في برطانات مع حلقات رفيعة من الليمون في طبقات متبادلة ثم يضغط عليها جيداً باليد .

٣ - يغطى الزيتون بمحلول ملحي (ملعقتان ملح لكل لتر ماء) ويضغط عليها ثانياً باليد للتأكد من تمام تغطيته بالمحلول الملحي .

٤ - تغطى البرطانات بالغطاء المحكم وتترك مدة أسبوع ثم تفتح ويضاف لها مقدار من الملح بواقع ملعقة كبيرة لكل لتر ماء سبق استعماله لتخايل الزيتون - ثم تغطى البرطانات وتترك حتى يتم ذوبان الملح .

٥ - يوضع مقدار من الزيت على كل برطمان حتى تتكون طبقة سمكها قيراط .

٦ - يحكم غطاء البرطانات وتترك في مكان دافئ حتى يتم تحليل الزيتون .

ملحوظة: يمكن إضافة بضع قرون من الفلفل الأخضر الصغير الحريف بين طبقات الزيتون

الزيتون الأخضر المخلل (رقم ٣)

- ١ - تلتخب الثمار الخضراء الصلبة (ويفضل استعمال الزيتون العجيزى ويغسل جيداً ثم يعمل بكل ثمرة شق طولى غير عميق بطرف السكين .
- ٢ - تنقع الثمار فى ماء بارد غير مملح يكفى لتغطيتها مدة ٢٤ ساعة .
- ٣ - يستبدل الماء بمقدار آخر نظيف غير مملح وتنقع به الثمار مدة ٢٤ ساعة أخرى .
- ٤ - يغسل الزيتون ويوضع فى برطمانات التخليل المعدة ويغطى بسائل ويكون من محلول ملحي (ملحقة لتر) وعصير ايمون بحيث لا يقل عصير الليمون المستعمل عن $\frac{1}{4}$ مقدار السائل .
- ٥ - تغطى البرطمانات وتترك مدة أسبوع ثم تفتح ثانياً ويضاف إليها مقدار من الملح بواقع ملحقة كبيرة لكل لتر سائل سبق استعماله لتغطية الزيتون .
- ٦ - توضع طبقة من الزيت ثخانتها قيراط على سطح كل برطمان ثم يحكم الغطاء ويترك الزيتون فى مكان دافئ حتى يتم تخليله .

الزيتون الأخضر المخلل المحشو

- ١ - تختار الثمار الخضراء كبيرة الحجم صلبة الانسجة (زيتون تفاحى) وتغسل جيداً ثم ينزع النوى باحتراس بالآلة الخاصة أو بمقوار رفيع .
- ٢ - تنقع فى ماء بارد غير مملح يكفى لتغطيتها مدة ثلاثة أيام مع تغيير الماء مرة كل ٢٤ ساعة .
- ٣ - تعد الخضرة المستعملة للحشو والتخليل كالآتى :
 - (١) يقشر الجزر الأفرنجى الأصفر ويقطع حلقات متساوية لفوهة الزيتون ثخانتها $\frac{1}{4}$ سم .
 - (ب) يغسل الكرفس جيداً ويفرى .
 - (ج) يغسل قليل من الفلفل الأخضر الحريف ويقطع حلقات متوسطة .
 - (د) يقشر قليل من فصوص الثوم ويترك صحيحة .
- ٤ - تحشى وحدات الزيتون بقطعة من الكرفس ثم تسد الفوهة بحلقة الجزر

٥ - يوضع الزيتون في برطمان التخليل ويبنه طبقات رفيعة من الكرفس والفلفل المقطع ووحيدات الثوم .

٦ - يغطى الزيتون بسائل ثائه من محلول ملحي (٢ ملاعق ملح لكل لتر) ، وذلك من عصير ليمون ، والثالث الأخير من خل عنب أبيض .

٧ - توضع طبقة من الكرفس والفلفل والثوم على السطح وفوقها طبقة من الزيت

٨ - يحكم غطاء البرطمان ويترك الزيتون في مكان دافئ حتى تحلله .

تخليل الزيتون الأسود

١ - تلتخب الثمار السوداء الناضجة تماماً وتفرز .

٢ - يغلى مقدار من الماء ويلقى فيه الزيتون ثم يمشل بسرعة ويحفف ويعرض للشمس يوماً أو يومين مع تقلبيه آناً فآناً حتى يحف

٣ - تعد آنية التخليل وهى :

(أ) برميل صغير مثقب من أحد جهتيه أو .

(ب) صفيحة نظيفة جداً مثقبة القاع . أو

(ج) قدر من الفخار أو برطمان زجاج .

٤ - يوضع الزيتون والملح الرشيدى في إناء التخليل المختار في طبقات متبادلة (١ كيلو ملح لكل ٥ كيلو زيتون) ، ويغطى السطح بطبقة من الملح ، ثم يوضع فوقها ثقل وتوضع في مكان دافئ مدة أسبوع .

٥ - يرفع الثقل ويقب الزيتون ويصفى الماء في حالة استعمال البرطمان أو القدر ، ثم يغطى السطح بطبقة من الملح وينقل ويغطى ويترك مدة أسبوع آخر .

٦ - تكرر العملية ثلاث مرات أو أربعة .

٧ - يغسل بالخل ويعبأ في برطمانات مع قليل من الخل أو الزيت ، أو يوضع محلول ملحي (ملعقتان لكل لتر) ، وعند الاستعمال يغسل بالخل ويخلط بقليل من زيت الزيتون .

الكرب الأبيض المحلل

تفصل الأوراق الخارجية الخضراء ويستغنى عنها ، ثم تفصل الأوراق الباقية |

- ١ - يغسل جيداً ويسلق قليلاً من ماء مملح مضاف إليه قليل من الكمون .
- ٢ - تزال العروق الغليظة التي بوسط الورق وتقطع قطعاً مناسبة .
- ٣ - يوضع في البرطمان المعد ويغطى بسائل نصفه ماء مملح والنصف الآخر خل .
وأحياناً يوضع معه بضع فصوص من الثوم والشطة .

المخللات على الطريقة الأفرنجية

الخيار الرفيع المخلل Cherkins

المقادير :

- خيار صغير الحجم جداً .
خل يكفي لتغطيته ، ويضاف لكل لتر من هذا الخل ملعقة شاي مسطحة من البهار الأفرنجي Mixed or Allspice ، وملعقة شاي من الفلفل الأسود الصحيح .

الطريقة :

- ١ - يغسل الخيار ويغطى بمحلول مالحى (ملعقتان لكل لتر) ويترك به مدة ٣ أيام .
- ٢ - يرفع الخيار من المحلول المالحى ويصفي ويجفف جيداً ثم يرص بإحكام في برطمان بسمه .
- ٣ - يغلى ما يكفي من الخل لتغطية الخيار ومعه البهار الأفرنجي والفلفل الصحيح بالمقادير المذكورة سابقاً مدة ١٠ دقائق ، ثم يصب الخل المغلى فوق الخيار .
- ٤ - يغطى البرطمان جيداً ويترك في مكان دافئ اليوم التالى ، ثم يصفي الخل من فوق الخيار في كزرولة أو حلة .
- ٥ - يعلى الخل ويصب وهو يغلى فوق الخيار ، ويعطى الإناء ويترك لليوم التالى .
- ٦ - تكرر العملية حتى يكتسب الخيار اللون الأخضر المرغوب فيه (مرتين أو ثلاث مرات)
- ٧ - يرص الخيار في إناء زجاجى ذى فوهة واسعة ، ويغطى تماماً بخل نظيف جديد .
- ٨ - يحكم غطاء البرطمان ويحفظ في مكان جاف متجدد الهواء .

الفاصوليا المخللة

المقادير: ١١ كيلو فاصوليا خضراء طازجة - قليل من ورق العنب .

لترخل ، شاشة محتوية على التوابل الآتية :

٣٠ جرام فلفل أسود صحيح ، ملعقة كبيرة مسطحة ملح ، ملعقة كبيرة مسطحة بهار
أفرنجى ، ملعقة كبيرة مسطحة جذر زنجبيل مدقوق خشن ، بصلة مفرية ، فصين من الثوم

الطريقة :

١ - تغسل الفاصوليا وتجهز بنزع خيوطها الجانبية . وإما أن تترك صحيحة أو تشق
وتقطع الثمرة نصفين عرضاً ، ثم تغطى بمحلول ملحي بنسبة ٢ ملعقة كبيرة
لتر وتترك مدة ٣ أيام .

٢ - تربط التوابل في الشاشة وتوضع في الخل وتبقى منقوعة مدة ٣ أيام .

٣ - يوضع قليل من ورق العنب في كزرولة وفوقه الفاصوليا (التي سبق نقعها في
الملح) ثم تغطى الفاصوليا بورق العنب ويصب فوقها مقدار من الماء الملحي
المغلي ، وترفع على النار وتطهى ببطء بضع دقائق .

٤ - تصفى الفاصوليا من ماء السلق وتوضع باحكام في البرطمان .

٥ - يرفع الخل والشاشة المحتوية على التوابل على نار هادئة مدة ١ ساعة ، ثم تلقى
الشاشة ويصب الخل وهو يغلى فوق الفاصوليا بحيث يغطيها ثم يغطى الإناء
ويترك لليوم التالى .

٦ - يصنى الخل من فوق الفاصوليا ويغلى ويصب بسرعة فوق الفاصوليا ويغطى
البرطمان ويترك لليوم التالى وتكرر العملية مرة ثانية .

٧ - يغطى البرطمان بغطاء محكم وتحفظ في مكان جاف متجدد الهواء .

التقنيط المخلل (رقم ١)

الطريقة :

قنيطرة بيضاء يابسة	ملء ملعقة شاي بذور فلفل (١)، ٨ قرنفلات { تربط في شاشة
لترخل عنب أبيض ، ملح ناعم	

(١) - نفترى من عمل العبارة وى بذور الفلفل الاخضر ولها طعم حريف .

الطريقة :

- ١ - يغسل القنبيط جيداً في ماء وملح ثم يقطع قطعاً مناسبة وتوضع في طبق رترش بطبقة من الملح وتترك ٦ ساعات .
- ٢ - توضع الشاشة المحتوية على التوابل في الخل ويرفع على النار ويغلى مدة ١/٢ ساعة ثم يترك حتى يبرد تماماً .
- ٣ - يصفى القنبيط جيداً من الملح والماء الذي نتج من تملحيه ويرص في البرطمان النظيف الجاف .
- ٤ - يصب الخل على القنبيط بشرط أن يغطيه تماماً ، يحكم غطاء البرطمان ويترك القنبيط مدة لا تقل عن ثلاث أسابيع حتى يتم تخليله ، ثم يستعمل .

القنبيط المخال (رقم ٢)

المقادير السابقة ويستغنى عن القرنفل

الطريقة :

- ١ - يغسل القنبيط جيداً ويقطع قطعاً مناسبة ثم يوضع في إناء به ماء وملح مغلي ويترك يغلي مدة ٥ دقائق ، ثم يرفع ويصفى من الماء ويترك ليبرد تماماً .
- ٢ - توضع الشاشة المحتوية على بذور الفلفل والبهار الأفرنجي في الخل ويرفع على النار ويغلي مدة ١/٢ ساعة ثم يترك حتى يبرد تماماً .
- ٣ - يرص القنبيط في البرطمان طبقات متساوية منتظمة ويرش على كل طبقة قليل من بذور الفلفل والبهار الأفرنجي .
- ٤ - يصب عليه الخل المعد حتى يغطيه تماماً .
- ٥ - يغطي البرطمان جيداً ويترك حراً إلى ٣ أسابيع حتى يتم تخليل القنبيط ثم يستعمل .

مخلل القنبيط والبصل

المقادير :

مقادير متساوية من القنبيط اليابس والبصل الصغير .
خل يكفي لتغطية ، ويضاف لكل لتر منه المقادير الآتية :
ملعقة شاي مسطحة من كل صنف آت :

- بذور فلفل حريفة . بهار أفرنجى . فلفل أسود مطحون .
ملء ملعقة كبيرة من كل صنف آت :
مسحوق الكارى . الخردل (مستردة) . ملح ناعم . كركم .
٣ ملاعق كبيرة من عصير ليمون .

الطريقة :

- ١ - يوضع فى إناء مقدار من الماء يكفى لتغطية القنبيط ويضاف لكل لتر منه
ملعقتان كبيرتان من ملح ويرفع المحلول الملحى على النار يغلى مدة ١٠ دقائق
ثم يترك حتى يبرد تماماً .
 - ٢ - يقطع القنبيط قطعاً صغيرة نوعاً ويوضع فى المحلول الملحى مدة يومين بشرط
أن تكون القطع مغمورة تماماً فى الماء .
 - ٣ - ترفع القطع من الماء ثم تصفى جيداً .
 - ٤ - يقشر البصل ويوضع فى طبقات متبادلة مع القنبيط ويرش على كل طبقة كمية
قليلة من بذور الفلفل والبهار الأفرنجى .
 - ٥ - يمزج الفلفل الأسود والكارى والملح والمستردة بالليمون ثم يضاف الخل
بالتدريج حتى يصير الخليط ناعماً ثم يصب على البرطمان المحتوى على البصل
والقنبيط بحيث يغطيه تماماً .
 - ٦ - يحكم غطاء البرطمان ويترك حتى يتم تخليه ويستغرق ذلك ٣ - ٤ أسابيع .
- مخلل البصل على الطريقة الافرنجية

المقادير : بصل تخليل صغير ، خل عنب أبيض يكفى لتغطيته .

الطريقة :

- ١ - يقشر البصل بسكين من المعدن ويلقى فى إناء به ماء مغلى مملح بحيث يكون طبقة
واحدة ويترك حتى يشف لونه .
- ٢ - يرفع بمقصوصة ويلقى فى قطعة قماش جافة نظيفة ويترك بها حتى يبرد تماماً
(وتكرر العملية حتى ينتهى مقدار البصل المراد تخليه) .
- ٣ - يرفع الخل على النار ويغلى مدة ٥ دقائق .

- ٤ - يرص البصل في البرطمان المعد ويصب عليه الخل وهو ساخن نوعاً ويترك البرطمان بدون تغطية حتى يبرد الخل تماماً .
- ٥ - يغطى بغطاء محكم ويترك في مكان جاف متجدد الهواء .

مخلل الكوسة

المقادير :

- كوسة ، ويفضل النوع الصغير الحجم جداً .
- خل يكفي لتغطية الكوسة ، ويضاف لكل لتر منه المقادير الآتية :
- ملعقة كبيرة زنجبيل (يدق خشناً) ، ملعقة مسحوق الخردل (مستردة) ، ملعقة مسطحة كركم ، مل ٣ ملاعق سكر ، عدد ٦ من قرون الشطة ، فصين ثوم مفري ناعماً .

الطريقة :

- ١ - تضاف المقادير للخل ويغلى على نار هادئة حتى تنسرب نكهتها ورائحتها في الخل
- ٢ - تسكت الكوسة وتترك صحيحة وتضاف للخل السابق وتطهى معه على نار هادئة مدة ١٠ دقائق .
- ٣ - تقاب الكوسة في ماجور اسكندرانى أو طبق صاج ويترك حتى تبرد تماماً .
- ٤ - ترفع الكوسة باحتراس وتوضع في إناء التخليل (برطمان واسع الفوهة أو قدر فخار غير مطلى) ويصب عليها الخل بشرط أن يغطيها تماماً .
- ٥ - تغطى بغطاء محكم ، وتحفظ في مكان جاف ، وينتهى تخليلها بعد أسبوعين أو ثلاثة أسابيع .

مخلل الخرشوف

المقادير :

- | | |
|---|--|
| ٥٠ جرام فلفل أسود صحيح ، بصلة مفرية ، ملعقة مسطحة ملح ، ملعقة مسطحة زنجبيل ، ملعقة مسطحة بهار أفرنجى ، عدد ٣ فص ثوم | عدد ١٥ - ٢٠ من الخرشوف المسلوقة نصف سلق (ص ٢٦١) لتر خل |
| | ملعقتان كبيرتان من زيت زيتون |

الطريقة :

- ١ - يجهز الخرشوف وتترك الوحدات صحيحة بعد نزع الزغب ثم تسلق نصف سلق في الماء والملح (ملعقة كبيرة ملح لكل ٢ كوب ماء) وعصير الليمون (ينظر ص ٢٦٢) .
- ٢ - يرص الخرشوف في البرطمان المعد .
- ٣ - توضع المقادير المربوطة في الشاشة مع الخل في إناء ويوضع الإناء على حمام مائي مدة ١ ساعة حتى تتسرب نكهة التوابل للخل ، ثم تنزع الشاشة .
- ٤ - يصب الخل وهو ساخن جداً فوق الخرشوف ويترك البرطمان حتى يبرد تماماً ثم يضاف الزيت فيكون طبقة تطفو على السطح .
- ٥ - يغطى البرطمان ويخزن لحين استعماله .

مخلل السكرنب الاحمر (رقم ١)

المقادير :

كرنبه حمراء صلبة ثقيلة نوعاً ، لتر خل ، ملعقة كبيرة مسطحة فلفل أسود صحيح ،
ملء ملعقة شاي بهار أفرنجى .

الطريقة :

- ١ - تفصل الأوراق الخارجية ويستغنى عنها .
- ٢ - تفصل باقى الأوراق وتغسل جيداً وتجفيف ، ثم تزال العروق الغليظة التى بوسط الورق ثم يقطع الورق شرائح رفيعة نوعاً .
- ٣ - يوضع الورق المقطع في برطمان على هيئة طبقات ، ويوضع بينها مقدار من الملح ويضغط على الأوراق بخفة باليد .
- ٤ - تربط التوابل في شاشة وتغلى مع الخل ، ثم يستغنى عن الشاشة ويترك الخل حتى يبرد .
- ٥ - يصب الخل البارد فوق السكرنب ويغطى البرطمان بغطاء محكم .
- ٦ - يمكن أكل السكرنب بعد ثلاثة أيام من تخليله ، ولكنه لا يعمر أكثر من ثلاثة أسابيع .

مخلال الكرنب الأحمر (رقم ٢)

المقادير والطريقة :

- ١ - كالكرنب الأحمر السابق ، إلا أن الشرائح تقبل بالملح وتوضع في ماجور اسكندرا في أو صحن صاج وتترك لليوم التالي .
- ٢ - توضع الشرائح في مصفاة للتخلص من الماء الناتج من تقبيلها بالملح ثم توضع في برطمان التخليل .
- ٣ - تغطى القطع بالحل البارد الذى سبق لإغلاؤه مع التوابل كما في الكرنب السابق .
- ٤ - يغطى البرطمان بغطاء محكم ، ويمكن استعمال الكرنب بعد ثلاثة أيام أو أربعة ، ويحسن أكله بسرعة .

مخلال البنجر

المقادير :

٢٠ جرام فلفل أسود صحيح		عدد ٦ من البنجر المطهى فى الفرن
ملعقة كبيرة مسطحة بهار أفرنجى		(ص ٢٦٣) . لتر خل أحمر ، ملح

الطريقة :

- ١ - ينزع قشر البنجر الناضج ويقطع حلقات سمكها لم بوصف ويرص في البرطمان المعد .
- ٢ - يغلى الفلفل والبهار الأفرنجى مع الخل مدة ١٠ دقائق ثم يترك حتى يبرد تماما .
- ٣ - يصب الخل البارد فوق البنجر بحيث يغطيه تماما .
- ٤ - يغطى البرطمان بورقة زبد مدهونة من جهتها ببيض البيض ويترك ليتم تخليله .

مخلال مشكل بالمستردة Piccalilli

المقادير : خليط من الخضر الطازجة كالقنبيط والبصل الصغير والخيار الصغير والفاصوليا
خل بالمستردة .

(أولا) طريقة تجهيز الخضر .

- ١ - تجهز الخضر وتقطع قطعاً مناسبة . أما البصل فيبقى صحيحاً .

٢ - يؤتى بإناء يملأ لنصفه بالماء المضاف إليه الملح بنسبة ملعقة كبيرة مسطحة لكل لتر ماء .

٣ - يرفع الإناء على النار حتى يغلى ثم توضع به الخضر المجهزة وتترك على النار مدة ٣ دقائق .

٤ - يصفى الخضر جيداً من الماء وتنشر في الشمس حتى تجف تماماً .
ملحوظة :

١ - يمكن إضافة الزيتون الأخضر للخضر السابقة ، على شرط أن يكون تام التخليل ولا يسلق مع الخضر ، بل يحفف في الشمس فقط .

٢ - يمكن استبدال الخضر الطازجة السابقة بخضر سبق تخليلها ، وحينئذ تشر في الشمس لتجف ويستغنى عن سلقها .

(ثانياً) : الخل المستردة :

ملعقة كبيرة مسطحة بهار أفرنجى (١)	لتر خل عنب أبيض أو أحمر
ملعقة كبيرة مسطحة كركم	ملعقة شاي مسطحة فلفل أبيض
ملعقة كبيرة مسطحة بودرة السكرى	ملعقة شاي زنجبيل مطحون
٤ فص ثوم مدقوق ناعماً	ملعقة كبيرة مسطحة ملح

ملء ملعقة كبيرة من مسحوق الخردل (المستردة)

الطريقة :

١ - يوضع الخل في إناء وتضاف إليه جميع المقادير ماعدا المستردة .

٢ - يوضع الإناء في إناء آخر منه ويرفع على النار مع التقليب أنا فأنا حتى يغلي قوام الخليط (من ٤٠ : ٥٠ دقيقة)

٣ - تمزج المستردة في قليل من الخل البارد مزجاً جيداً .

٤ - يرفع الإناء المحتوي على خليط الخل وتضاف إليه المستردة الممزوجة بالخل مع التقليب جيداً (ولا يجوز إعادة الإناء ثانياً على النار بعد إضافة المستردة) .

تجهيز الخل :

١ - توضع الخضرة المجهزة سابقاً أو المخلفة في برطمانات في طبقات متنوعة وتغطى جيداً بخليط الخل بالمستردة .

٢ - تترك حتى تبرد تماماً ثم تغطى بغطاء محكم .

المستردة

المقادير :

ملعقتان كبيرتان من سكر	١٥٠ جرام مسحوق الخردل (مستردة)
ملعقة شاي كركم	ملعقتان من الدقيق أو الدشا
$\frac{1}{4}$ ملعقة شاي بذر كرفس	لتر خل عنب أبيض ، كوب ماء

الطريقة :

١ - تخلط المقادير الجافة بعضها ببعض ثم تمزج تدريجاً بالماء والخل مع التقليب الجيد .

٢ - توضع في إناء وتطهى على حمام مائي (يوضع الإناء المحتوي على الخليط داخل وعاء

أكبر منه به ماء) مع التقليب المستمر حتى يغلي قوامها نوعاً ويوزل الطعم النقي .

المادة اللسوية .

٣ - تترك المستردة حتى تبرد تماماً مع التقليب آنفاً .

٤ - تحفظ في برطمانات ويحكم غطاؤها .

٥ - تقدم بمفردها للمائدة أو تخلط بالمخللات لعمل مخلل مشكل بالمستردة .

مخلل مشكل بالمستردة

مقدار من المستردة المذكورة أعلاه .

مقدار من المخللات المتنوعة أو الخضرة المجهزة بالطريقة المذكورة في المخلل المشكل

بالمستردة (صفحة ٨٤٢) .

الطريقة

١ - تخلط الخضرة المجهزة أو المخللات المتنوعة بالمستردة خلطاً تاماً وتترك حتى تبرد تماماً

٢ - يعبأ الخليط في برطمانات جافة معقمة ويحكم غطاؤها .

تعبئة الخل :

١ - توضع الخضرة المجهزة سابقاً أو المخلفة في برطمانات في طبقات متنوعة وتغطى جيداً بخليط الخل بالمستردة .

٢ - تترك حتى تبرد تماماً ثم تغطى بغطاء محكم .

المستردة

المقادير :

ملعقتان كبيرتان من سكر	١٥٠ جرام مسحوق الخردل (مستردة)
ملعقة شاي كركم	ملعقتان من الدقيق أو الدشا
$\frac{1}{4}$ ملعقة شاي بذر كرفس	لتر خل عنب أبيض ، كوب ماء

الطريقة :

١ - تخلط المقادير الجافة بعضها ببعض ثم تمزج تدريجاً بالماء والخل مع التقليب الجيد .

٢ - توضع في إناء وتطهى على حمام مائي (يوضع الإناء المحتوي على الخليط داخل وعاء أكبر منه به ماء) مع التقليب المستمر حتى يغلي قوامها نوعاً ويوزل الطعم النقي .
المادة اللسوية .

٣ - تترك المستردة حتى تبرد تماماً مع التقليب آنفاً .

٤ - تحفظ في برطمانات ويحكم غطاؤها .

٥ - تقدم بمفردها للمائدة أو تخلط بالمخللات لعمل مخلل مشكل بالمستردة .

مخلل مشكل بالمستردة

مقدار من المستردة المذكورة أعلاه .

مقدار من المخللات المتنوعة أو الخضرة المجهزة بالطريقة المذكورة في المخلل المشكل بالمستردة (صفحة ٨٤٢) .

الطريقة

١ - تخلط الخضرة المجهزة أو المخللات المتنوعة بالمستردة خلطاً تاماً وتترك حتى تبرد تماماً

٢ - يعبأ الخليط في برطمانات جافة معقمة ويحكم غطاؤها .

منخلل البيض

المقادير :

لكل ٢٠ بيضة كبيرة : لتر خل عنب أبيض ، ٤٠ جرام فلفل أسود صحيح ، ملعقة كبيرة مسطحة زنجبيل ، كبيرة مسطحة بهار أفرنجي Mixed Spice Allspice

الطريقة :

- ١ - يسلق البيض ويقشر ويرص في البرطمان رصاً محكماً .
- ٢ - تغلى الفلفل الأسود والزنجبيل والبهار في الخل حتى يتسرب طعمها إليه .
- ٣ - يصب الخل وهو يغلى على البيض ويترك البرطمان بدون تغطية حتى يبرد تماماً .
- ٤ - يغطى البرطمان بغطاء محكم ويترك في مكان جاف متجدد الهواء .

الحلوى

الطفي بعين الجمل المفري

المقادير :

كيلو سكر سنتر فيش أحمر (١) | حوالى ١ كيلو من أنصاف عين الجمل
١ ١/٢ ملعقة زبد | عصير ١/٢ ليمونة أضاليا .

الطريقة :

- ١ - بوضع عين الجمل فى فرن هادىء مدة ١٠ دقائق ثم تنزع قشرته الخارجية الرفيعة باحتراس ويفرى غليظا .
- ٢ بوضع الزبد والسكر فى إناء ويرفع على نار هادئة مع التقليب المستمر حتى يذوب السكر ويستمر الإناء على النار الهادئة ويختبر الخليط من وقت لآخر بوضع قليل منه فى ماء باء بارد ، فإذا ما تجدد دل ذلك على انتهاء المدة .
- ٣ -- يرفع الإناء من على النار ويضاف عصير الليمون والجوز المفري ويقلب الخليط جيداً وبقرة .
- ٤ -- يصب توال فى صينية مدهونة بالزبد وتهز الصينية حتى يتساوى السمك .
- ٥ -- يعمل بالسطح علامات بظفر السكين لتقسيمه مربعات ثم يترك حتى يبرد تماماً .
- ٦ -- تفصل المربعات وتلف فى ورق شفاف (ورق خاص يعرف بالبرجمون) .

الطفي البسيط

المقادير :

١ كيلو سكر أحمر ، ١/٨ كيلو زبد | ١ كيلو عسل أفرنجى Golden Syrup

(١) يشتري من محال البقالة الكبيرة وهو أشبه بالسكر السنتر فيش إلا أنه أحمر وذراته أكبر نوعاً

الطريقة :

- ١ - تسيح الزبد على نار هادئة ويضاف إليها السكر والعسل ويُقلب الخليط حتى يذوب السكر تماماً بشرط ألا يغلي الخليط قبل تمام ذوبان السكر .
- ٢ - يترك يغلي مدة ١٤ دقيقة بدون تقليب ثم يختبر بوضع قليل منه في ماء بارد فإذا ما تجمدت القطعة في الحال دل ذلك على تمام النضج .
- ٣ - يصب في صينية مدهونة بالزبد وتعمل علامات قبل التجمد طولا وعرضاً لتكوين مربعات .
- ٤ - يترك حتى يبرد تماماً ثم يقطع ويلف في ورق شفاف خاص يعرف بالترجون
- ٥ - يحفظ في برطمان أو علبة ويحكم غطاؤها .

الطفي الروسي

المقادير :

علبة لبن نستله ، $\frac{1}{4}$ ملعقة كبيرة زبد | $\frac{1}{4}$ كيلو سكر أحمر ، ملعقة شاي فانيلينا

الطريقة :

- ١ - يذاب الزبد والسكر معاً على نار هادئة .
- ٢ - يترك الخليط حتى يغلي فيضاف إليه اللبن ويقلب جيداً .
- ٣ - يغلى الخليط مع استمرار التقليب ويختبر من وقت لآخر بوضع قليل منه في كوب بها ماء بارد فإذا ما تسكرت القطعة بسرعة دل ذلك على تمام النضج .
- ٤ - تضاف الفانيليا ويصب الخليط في صينية مدهونة ويقطع مربعات قبل أن يبرد تماماً .

الطفي باللوز

المقادير :

$\frac{1}{4}$ كيلو سكر روس		٧٥ جرام من زبد		ملعقة شاي عصير ليمون
ملء كوب ماء		١٥٠ جرام لوز مقشور		ذرة من كريم الطرطريك

الطريقة :

- ١ - يذاب السكر في الماء ويرفع على النار حتى يغلي .

- ٢ - يضاف كريم الطرطريك وعصير الليمون ويغلى حتى تصل درجة حرارة السكر ٢٩٠° فهرنهيت .
- ٣ - يرفع على النار وتضاف الزبد تدريجاً قطعة قطعة ثم يعاد على النار ثانياً حتى يصل إلى درجة ٢٩٠° فهرنهيت مع عدم التحريك .
- ٤ - تدهن صينية بقليل من الزيت الطيب أو البرافين ويصب عليها المزيج ويترك قليلاً ليبرد ثم تعمل علامات طولية وعرضية وتوضع نصف لوزة محمصة على كل مربع .
- ٥ - يترك الطفى حتى يجف تماماً ثم تفصل المربعات .
- ٦ - يلف في ورق شفاف ويحفظ في برطمان أو علبة محكمة الغطاء .

طفي بعين الجمل

المقادير والطريقة : كطفي اللوز السابق باستبدال كمية اللوز بعين الجمل .

نوجا اللوز بالشيكولاتة

المقادير :

٢ ملعقة حلو من مبشور الشيكولاتة	}	١ كيلو سكر حلوى منخول
بياض بيضتين		١٥٠ جرام لوز مقشور

الطريقة :

- ١ - يقشر اللوز ثم يسحق جيداً في هاون ، ويضاف إليه سكر الحلوى والشيكولاتة ويخلط الجميع معاً ويسحق الجميع في الهاون سحقاً جيداً .
- ٢ - يعمج الخليط بياض البيض المخفوق مع اثقليل الجيد حتى ينعم الخليط تماماً .
- ٣ - تفرد العجينة على صينية مدهونة بالزيت البرافين ، ويساوى السطح جيداً .
- ٤ - تعمل علامات لتقسيم السطح لمربعات متساوية .
- ٥ - تجفف في فرن هادى جداً تترك حتى تبرد تماماً .
- ٦ - تفصل المربعات بعضها عن بعض وتلف في ورق شمع وتحفظ في علبة من الصفيح .

نوجا اللوز الراقية

المقادير:

١٥٠ جرام لوز مفري
٧٥ جرام فواكه مسكرة مقطعة
بياض ٤ بيضات

$\frac{1}{2}$ كيلو سكر حلوى منخول
ملعقة حلو جالوكوز ، ٧٥ جرام
عسل أبيض
قليل من روح البرتقال

الطريقة:

- ١ - يمزج سكر الحلوى والعسل وسكر الجالوكوز معاً في كزرولة حديد وتوضع الكزرولة على حمام مائي .
- ٢ - يخفق بياض البيض قليلاً ويضاف للخليط عندما يسخن .
- ٣ - يقلب الخليط باستمرار إلى أن يتماسك ويصير ثخيناً .
- ٤ - يضاف اللوز والفواكه المسكرة وروح البرتقال للخليط ويقاب جيداً .
- ٥ - ترش رخامة بسكر الحلوى وتقلب عليها النوجا وتضغط ثم تقطع على حسب الإرادة وتلف باللوز الشفاف أو توضع في صيدية فرش قاعها بورق الجلاش ثم تضغط تماماً ويوضع فوقها طبقة أخرى من الجلاش ثم تقطع وتلف بالورق الشفاف .

جوز الهند المسكر (جوزية)

المقادير:

٤ فنجان شاي سكر سنتر فيش ، فنجان شاي لبن ، من $\frac{1}{2}$ إلى فنجان شاي جوز هند مدشور جاف .

الطريقة:

- ١ - يضاف السكر للبن ويقلب على النار حتى يذوب السكر ثم يترك يغلي مدة ٩ دقائق .
- ٢ - يضاف جوز الهند ويرفع الإناء من فوق النار .
- ٣ - يقلب الخليط جيداً جداً حتى يغلي قوامه .

- ٤ - يصب في صينية مبللة بالماء ويساوى السطح تماماً ويترك حتى يبرد تماماً ويجمد
٥ - يقطع أصابع أو على حسب الرغبة .

جوز الهند المسكر الملون

- ١ - يوضع نصف الخليط السابق (جوز الهند المسكر) في صينية مبللة ويساوى السطح تماماً ويترك الإناء المحتوي على باقي الخليط في إناء آخر به ماء مغلي حتى لا يجمد .
٢ - يلون المقدار الموجود بالإناء باللون الوردي الفاتح ثم يصب فوق الطبقة البيضاء قبل تمام تجمدها - يترك حتى يبرد ويجمد تماماً ويقطع أصابع .
جوزية بالبقول السوداني

المقادير :

٣ فنجان شاي من سكر أحمر	ملعقتان كبيرتان من زبد
فنجان صغير لبن ، ملعقة شاي فانيليا	فنجان شاي فول سوداني مقشور

الطريقة :

- ١ - يوضع السكر والزبد واللبن في إناء ويغلى على النار مع التقليب .
٢ -- يرفع الإناء على النار ويترك الخليط اتهدأ حرارته مدة ٥ دقائق ، مع ملاحظة التقليب آناً فآناً - يضاف البقول ويخلط جيداً ثم يعاد الإناء على النار مع التقليب المستمر .
٣ -- يختبر الخليط من وقت لآخر بوضع قطعة منه في ماء بارد فإذا ما تسكورت يرفع الإناء من فوق النار . وتضاف الفانيليا ويخفق الخليط بقوة مدة دقيقتين
٤ -- يصب في صينية مدهونة ويترك حتى يبرد ثم يقطع مكعبات أو على حسب الرغبة .

الجوزية الراقية

المقادير :

١ كيلو سكر مكينة ، ١ كوب ماء	١٠٠ جرام من زبد
ذرة من كريم الطرطريك	١٠٠ جرام من بيضور جوز الهند الجاف

الطريقة :

- ١ - يوضع السكر والماء وكريم الطرطريك في إناء ويغلى على النار حتى تصل الحرارة ٢٤٠ فهرنهيت .
 - ٢ - ينزع من على النار ويقلب بملقعة خشب حتى تظهر حبيبات فيضاف جوز الهند ويستمر في التقليب حتى يغلظ القوام .
 - ٣ - يشكل الخليط بملقعة صغيرة ويوضع على رخامة على هيئة أكوام صغيرة وتترك حتى تجف - تلف كل واحدة في الورق الخاص وتبرم الأطراف .
- ### أقراص الفستق

المقادير : فستق مقشور ، كوب ماء ، ٣ كوب سكر سنترفيش .

الطريقة :

- ١ - يعمل محلول سكري من السكر والماء ويترك يغلى حتى تظهر حبيبات التسكر على جدران الوعاء ، ينزع الإناء من على النار ويرفع المحلول السكري لأعلى بكبشة عدة مرات لمنع تكون قشرة سطحية .
 - ٢ - يلتخب الفستق المتساوى الحجم تقريبا ويرص في قوالب مستديرة (قطر القاع ٨ - ١٠ سم وارتفاع ٢ - ٢.٥ سم والقطر العلوى ١٠ - ١٢ سم) .
 - ٣ - يصب مقدار كبشة من المحلول السكري باحتراس على الفستق حتى يغطوه - وتكرر العملية في بقية القوالب . تترك القوالب بدون حركة مدة ٦ ساعات ليجمد السكر .
 - ٤ - تقلب القوالب وتنكس بانحراف فوق بعضها لتصفية مادة الفستق الدهنية حتى لا تؤثر في شفافية وطعم الأقراص . تترك القوالب على هذه الحالة مدة ٦ ساعات .
 - ٥ - بوضع قاع القالب في ماء ساخن حتى يسهل نزع القرص بدون كسره ويقلب على قاعدة سلك أو منخل ويترك حتى يجف .
- ### أقراص اللوز المسكر
- تعمل كأقراص الفستق باستعمال لوز مقشور مجفف في الفرن أو محمص قليلا .

أقراص البندق المسكر

كأقراص الفستق باستعمال البندق المقشر المنزوعة قشرته البنية الرقيقة بتحميمه خفيفاً ودعه جيداً.

أقراص جوز الهند

- ١ - يقشر جوز الهند ويقطع شرائح رفيعة طولها من ٣ - ٥ سم.
- ٢ - يسلق في قليل من الماء على النار ثم يصفى ويصفى.
- ٣ - يوضع في طبقات متبادلة مع مقدار من السكر السنفريش، ويترك حتى يمتص السكر ماؤه. يرفع من السكر ويعرض للهواء حتى يجف؛ ثم يعمل كأقراص الفستق (صفحة ٨٥١).

الشيكلولاتة

المقادير : ١/٢ كيلو شيكلولاتة كوفرتين، ١/٢ كيلو من زبد السكاكاو، ١/٢ ملعقة شاي من روح الفانيليا
الطريقة :

- ١ - تشر الشيكلولاتة وتقطع الزبد قطعاً صغيرة.
- ٢ - توضع الشيكلولاتة والزبد في إناء وترفع على النار على حمام مائي، وتقلب حتى تذوب تماماً مع التقليب المستمر ثم ترفع في الحال لتلا يتعكر لونها إذا زاد تسخينها.
- ٣ - تضاف الفانيليا ويقلب الخليط، ثم يصب في قوالب خاصة منقوشة (كاو تشوك أو المنبوم) ومدهونة بزيت البرافين. تترك حتى تجمد في مكان متجدد الهواء أو في ثلاجة.

ملحوظة : يمكن تشكيل هذه الشيكلولاتة بملعقة بدلاً من استعمال القوالب، وحيلثذ يضاف لخليط الشيكلولاتة الجوز أو البندق المفروى.

الشيكلولاتة البسيطة

المقادير :

عدد ٢ كوب سكر سنفرش	١/٢ كيلو شيكلولاتة غير محلاة
١ ١/٢ ملعقة كبيرة زبد (٥٠ جرام)	كوب لبن بارد، ملعقة شاي فانيليا

الطريقة:

- ١ - تبشر الشيكولاتة وتذاب في اللبن على نار هادئة.
 - ٢ - يضاف السكر والزبد ويقلب الخليط على نار هادئة حتى يذوب السكر تماماً بشرط ألا يغلي الخليط قبل تمام ذوبان السكر.
 - ٣ - يغلي الخليط من ١٥ - ٢٠ دقيقة مع التقليب المستمر.
 - ٤ - يختبر بوضع جزء منه في الماء البارد، فإن تكونت كرة لينة ينزع من فوق النار تضاف الفانيليا ويخفف الخليط جيداً بمعلقة خشب (مدة ٦-٧ دقائق) حتى يغلط القوام.
 - ٥ - يصب الخليط في صيدبة مدهونة. وعندما يبدأ في التجمد تعمل خطوط طولاً وعرضاً لتكوين مربعات وتترك لتبرد ثم تقطع وتلف في ورق.
- الشيكولاتة البسيطة بعين الجمل

المقادير:

$\frac{1}{2}$ كيلو شيكولاتة كوفرتين | $\frac{1}{8}$ كيلو جوز مقشور مفري
 $\frac{1}{4}$ ملعقة شاي فانيليا

الطريقة:

- ١ - تبشر الشيكولاتة وتذاب على حمام مائي ثم تضاف إليها الفانيليا وعين الجمل ثم تنزع من النار.
 - ٢ - تقلب بخفّة حتى تبدأ في التجمد ثم توضع بمعلقة شاي على هيئة أكوام صغيرة على صينية مغطاة بورقة مشمعة (ورقة زبد مدهونة بطبقة من الشمع المصهر).
 - ٣ - تترك في مكان متجدد الهواء أو في ثلاجة حتى تجمد ثم تنزع من فوق الورق.
- أصابع الشيكولاتة بالبسكوت

المقادير:

بيصتان كبيرتان ٥٠ جرام كاكاو | ٢٢٥ جرام بسكوت ماري
١٥٠ جرام سكر ناعم | ٢٢٥ جرام من زبد جوز الهند

الطريقة :

- ١ - يكسر البسكوت قطعاً صغيرة .
- ٢ - يخفق البيض ويضاف إليه السكر والكافور ويخفق الخليط جيداً .
- ٣ - يسخن زبد جـوز الهند على نار هادئة ثم يضاف إليه خليط البيض مع التقليب بسرعة يضاف البسكوت ويخاط الجميع جيداً .
- ٤ - تدهن صينية بالسمن وتغطى بورقة مدهونة ويصب فيها الخليط ، ويضعط بملعقة خشب ويساوى السطح بسكين ساخن . تترك لليوم التالى ثم تقطع أصابع . (٢٠ - ٢٤) .

كرات الشيكولاتة

المقادير :

٢٠ جرام زنجبيل أو لارنج مسكر مفري	١ كيلو شيكولاتة مبشورة
قليل من السكرية	٥٠ جرام سكر حلوى منخول
شيكولاتة محبة Granulated	قليل من الفانيليا

الطريقة :

- ١ - تخط الشيكولاتة بالسكر ويضاف إليها الزنجبيل والفانيليا ويقلب الجميع جيداً .
- ٢ - يمزج الخليط بالسكرية لعجينة يابسة .
- ٣ - تكور العجينة كرات بحجم عين الجمل وتدرج على الشيكولاتة المحبة .
- ٤ - توضع فى أطباق صغيرة من الورق (يستعمل هذا النوع طازجاً) .

روح النعناع

المقادير :

ملعقة شاي من روح النعناع	١ كيلو سكر حلوى Icing Sugar
بياض بيضة	ملعقة كبيرة كريمة

الطريقة :

- ١ - ينخل سكر الحلوى ثم تضاف إليه السكرية وروح النعناع ويعجن بمقدار من

بياض البيض المخفوق لعجينة يابسة .

٢ - تلت العجينة جيداً على لوح مرشوش بقليل من سكر الحلوى وتترك العجينة لتستريح مدة ١ ساعة .

٣ - تفرد العجينة بشابة مرشوشة بسكر الحلوى ثخانة ١ بوصة ثم تقطع بالقطاعة مستديرات صغيرة (حجم المليم) . توضع على صحن مرشوش بسكر الحلوى لليوم التالى .

فندان الجوز

المقادير :

١ كيلو سكر حلوى	للتعجيل : أنصاف عين جمل ، لون أخضر
١ كيلو لوز مطحون	

الطريقة :

- ١ - ينخل السكر ويضاف اللوز ويخلط جيداً .
- ٢ - يخفق بياض البيض قليلاً وتضاف إليه الفانيلىا ويعجن به الخليط عجينة يابسة .
- ٣ - يلون نصف المقدار باللون الفستقى أو المقدار كله أو يترك بدن تلوين .
- ٤ - تشكل العجينة كرات صغيرة وتلصق أنصاف عين الجمل فى جهتيها .
- ٥ - تجفف بتعريضها للهواء مدة قصيرة ثم توضع فى علبة أو برطمان وينطى الفندان لتلا يجف ويحسن استعماله بسرعة .

فندان الجوز بالكريمة

- ١ - يعمل فندان الجوز السابق ثم يغطى بطبقة من الكريمة .

مقادير الكريمة : ١ كيلو سكر سنتر فيش ، ١ ملعقة شاي كريم الطرطريك ، ١ فندان شاي ماء .

طريقة عمل الكريمة : تخلط المقادير بعضها ببعض وتذاب على النار ثم تغلى حتى يصير لون الشراب بنياً محمراً (كريمة)

- ٢ - طريقة تغطية الفندان : توضع الكريمة على حمام مائى ويلقى الفندان واحدة فواحدة

ويغطى جيداً بالسكرملة ثم يثقل بسرعة بشوكة ويوضع على صحن مدهون حتى تجف السكرملة ثم يوضع الفندان في أطباق صغيرة من الورق .
الفندان الأمريكاني

المقادير :

ماء ورد أو روح على حسب الرغبة	١٧٠ - ٢٢٥ جرام سكر حلوى
قليل من اللون : الأحمر أو الأخضر	ملء ملعقة شاي من الماء المغلي
أو البنفسجي الفاتح	ملء ملعقة شاي من سكر جلو كوز

الطريقة :

- ١ يذاب الجلو كوز في الماء ثم يضاف السكر تدريجاً ، ويقاب حتى تتكون عجينة يابسة ماعمة . تغطى بورقة زبد مبلة ومعصورة جيداً وتترك حوالي ساعة .
 - ٢ - توضع على لوح وتلت جيداً ، ويضاف الروح واللون المرغوب فيه .
 - ٣ - يشكل الفندان على حسب الرغبة ويترك ليحجف ثم يوضع في علبة .
- الفندان الفرنسي

المقادير

٢٥٥ كوب ماء بارد ٣ ملاعق حلوى من سكر جلو كوز .	١/٤ كيلو سكر الرهوس
--	---------------------

الطريقة :

- ١ - يذاب السكر في الماء ثم يرفع الغطاء ويترك يغلي حتى يصل إلى درجة ٢٣٨°ف ، ثم يرفع من فوق النار .
- ٢ - ترش قطعة من الرخام بقليل من الماء الدافئ ، ويصب السائل عليها ويترك مدة دقيقة أو اثنتين ، ثم يقلب بملعقة خشب عريضة مبتدأ من الخارج إلى الداخل بتغير لونه إلى أبيض غير شفاف .
- ٣ - يترك قليلاً ثم يعبأ في برطمانات ويغطى بقطعة من الشاش مبلة ، وعند الاستعمال

يسبح قليل منه على حمام مائي ويلون على حسب الطلب ويضاف إليه الروح ،
ثم يشكل أشكالاً مختلفة ويترك ليجف .

٤ - يسبح مقدار من الفندان على حمام مائي ، وعندما يصير في سمك الكريمة يغمس
فيه الفندان الجاف واحدة بعد الأخرى ويجر خط فوق كل واحدة لتجميلها .

ألوان الفندان المستعملة وما يلوّنها من الروائح :

- ١ - اللون البني الفاتح ويلأّنه روح الفراولا .
- ٢ - اللون الأصفر الفاتح ويلأّنه روح الليمون .
- ٣ - اللون البنفسجي الفاتح ويلأّنه روح البنفسج .
- ٤ - اللون البيج الفاتح ويلأّنه روح القهوة .
- ٥ - اللون الأبيض ويلأّنه روح الفانيليا أو النعناع .

الفندان الفرنسي بالشيكولاتة

- ١ - يبشر مقدار من الشيكولاتة الغير المحلاة ويوضع في وعاء حوله ماء ساخن وتقلب
حتى تذوب ، مع ملاحظة عدم تسخينها لتلا يتعكر لونها .
- ٢ - يوضع الفندان السابق في الشيكولاتة ويرفع باحتراس ويوضع على قاعدة سلك
ويترك حتى يجف ، ثم يلف بالورق الخاص ويوضع في العلب .

فندان اللوز بالطريقة المغلية Boiled Marzipan

المقادير :

١ كيلومن سكر الرموس	ذرة من كريم الطرطريك	بياض ٣ بيضات
١ كيلو من لوز مفري	١ كوب ماء	لون وروح على حسب الرغبة

الطريقة :

- ١ - يغلى السكر والماء ثم يضاف كريم الطرطريك ويستمر في الغليان حتى تصل
الحرارة إلى ٢٤٠ ف .

- ٢ - يرفع الإناء بسرعة من فوق النار ويضاف اللوز المنقري ويخلط جيداً ، ثم يضاف بياض البيض بدون خفق .
 - ٣ - يعاد الإناء على النار مدة أربع دقائق مع التحريك البطيء ، ثم يرفع ويصب الخليط على لوحة أو رخامة ويقلب جيداً بملعقة خشب إلى أن يبرد .
 - ٤ - يرش قليل من سكر الحامض في هاون ويوضع به الخليط ويدق جيداً إلى أن ينعم جيداً أو يعجن باليد على لوح مرشوش بالسكر .
 - ٥ - يلون ويضاف إليه الروح المرغوب فيه (برتقال . نعناع . فراولا) .
 - ٦ - يشكل بأشكال مختلفة على هيئة كرز . فراولا . توت . برتقال . بطاطس . أو يعمل على هيئة كرة ويوضع بين نصفين من الجوز المقشور .
- ملحوظة : في حالة تشكيل الفندان على هيئة الفراولا أو الكرز يلون بالتشكيل ، أما في البطاطس فتعمل به عيون منخفضة ، ثم يدحرج البطاطس في مسحوق شيكولاتة ناعم جداً .

فندان محشو بالمربي

المقادير :

١ مقدار من عجينة الفندان السابقة (ص ٨٥٦)	قليل من عصير الليمون
٥٠ جرام من مبشور الشيكولاتة غير المحلاة	٥٠ جرام من فئات الكعك
قليل من مسحوق الشيكولاتة	ملعقة كبيرة من مربى الفراولا

للمريقة :

- ١ - تمزج فئات الكعك والشيكولاتة والمربي وعصير الليمون وتعجن جيداً ثم تقطع كرات صغيرة حجم البندق وتكور .
 - ٢ - تغطى كل كرة بجزء من الفندان ثم تدحرج في مسحوق الشيكولاتة .
 - ٣ - توضع في أطباق صغيرة من الورق .
- بلح بالكريمة

المقادير : علبة بلح مصرى ، مقدار من الكريمة (ص ٨٠٥) ، $\frac{1}{4}$ مقدار من عجينة فندان بالجوز (ص ٨٠٥)

الطريقة :

١ - أعداد البليح : يوضع البليح شيئاً فشيئاً في ماء مغلي بضع دقائق ثم يبلش وتزال القشرة الرفيعة بسكين أو باليد ثم يحفف البليح ويشق طولاً من جنب واحد وتنزع النواة.

٢ - تستبدل النواة بقطعة مبرومة من عجينة الفندان.

٣ - توضع قطعة خشب رفيعة (خلة) بطرف البليحة ثم تغمس في الكرملة وترفع وتصفى وتوضع على صحن مدهون بالبرافين ، وتكرر العملية حتى ينتهى مقدار البليح.

٤ - يترك البليح حتى يجف ثم تنزع الخلة .

ملحوظة : يوضع الإناء المحتوى على الكرملة على حمام مائى أثناء تغطية البليح لتبقى الكرملة بحالة سائلة .

البليح بالشيكولاتة

المقادير :

١ - يعد البليح بالطريقة السابقة ، ثم يستبدل بالنواة لوزة مقشورة أو قطعة مبرومة

من فندان اللوز المغلى (صفحة ٨٥٧) أو فندان الجوز (صفحة ٨٥٥)

٢ - يغطى البليح بالشيكولاتة السائلة (صفحة ٨٥٧) المستعملة لتغطية الفندان الفرنسى

(صفحة ٨٥٧) بالطريقة التى اتبعت فى تغطية البليح بالكرملة (صفحة ٨٥٨) .

البليح بجوز الهند

المقادير :

١ كوب سكر سنتر فيش ، ١ كوب محلول سكرى	علبة بليح مصرى ، ١ مقدار من عجينة فندان
ماء قليل من عصير الليمون	الجوز (صفحة ٨٤٥) أو ١ مقدار من
جوز هند مبشور جاف	عجينة فندان اللوز المغلى (٨٥٧)
(للنجميل)	

الطريقة :

١ - يعد البليح بالكرملة (ص ٨٥٨)

٢ - تستبدل النواة بقطعة مبرومة من الفندان بشرط أن يظهر جزء منها .

- ٣ - يعمل المحلول السكرى ويغلى على النار حتى يغلي قوامه .
- ٤ - يغطى البلح بالمحلول السكرى ثم يثبل بمقصوصة ، ويدحرج على جوز الهند المبشور مع الضغط حتى يلتصق به الجوز .
- ٥ - يعرض البلح للهواء مدة $\frac{1}{4}$ ساعة ، ثم يعبأ فى برطمان زجاج أو علبة صفيح أو يوضع فى أطباق ورق .

اللوز أو البندق بالكرملة

- ١ - يختار اللوز البرازيلى والبندق الكبير الحجم ويقشر كل (ينظر باب المتفرقات صفحة ٨٦١) .
- ٢ - يجفف اللوز فى الفرن وقد يحمص قليلاً ثم تنمس المكسرات قليلاً فى الكرملة الساخنة (صفحة ٨٥٥) .
- تثبل المكسرات وتوضع على سطح مدهون بزيت البرافين .

الملبن

المقادير

<p>١ ١/٢ كيلو من سكر الرؤوس ، لتر ماء ٥ ملاعق كبيرة من مسحوق النشا</p>	<p>قطعة من ملح الليمون (حجم البندقة) ماء ورد عيّن جمل مقشور أو فستق مقشور</p>
--	---

الطريقة :

- ١ - يذاب السكر فى الماء ويترك يغلى قليلاً ثم يضاف إليه ملح الليمون .
- ٢ - يذاب النشا فى قليل من الماء البارد ويضاف إلى الخليط السابق ويقلب باستمرار على نار هادئة جداً مدة طويلة (حوالى ٣ ساعات) ثم يترك على النار .
- ٣ - توضع المكسرات وماء الورد تقلب فى صينية مرشوشة بمسحوق النشا والسكر الناعم . يترك ليجمد ثم يقطع على حسب الطلب .

ملحوظة : إذا أريد حشو الملبن بالجوز يقطع قطعاً مستطيلة ثم يرص الجوز ويلصق الطرفان بسرعة جيداً (وقد توضع الدوبارة قبل الغفل مباشرة إذا أريد) .

متفرقات

الحشو الزائف

المقادير:

ملء كوب فتات خبز أفرنجي بايت	½ ملعقة شاي ملح ، قليل من الفلفل الأبيض
ملعقة كبيرة من مقدونس مفري	بشر وعصير ليمونة
½ ملعقة شاي بهار	ملعقة سمن ، مع بيض أو لبن للدجن

الطريقة : تخلط المقادير بعضها ببعض وتعجن بالبيض عجينة لينة نوعاً .

حشو البصل

المقادير

½ كيلو بصل مفري	ملعقة كبيرة من سمن	½ ملعقة شاي زعتر
ملء كوب فتات خبز أفرنجي بايت	ملح - فلفل - بهار	بيض أو لبن للدجن

الطريقة : يدعك البصل بالملح والفلفل والبهار ويضاف إليه الزعتر والدهن وفتات الخبز ويخلط الجميع جيداً . يعجن بالبيض أو اللبن عجينة لينة نوعاً .

قلية التليع

- ١ - يؤخذ ملء ٢ كوب من الخلاصة الدكنا . (صفحة ٣٥) ويرفع على النار ويترك حتى ينقص المقدار إلى النصف مع نزع الريم .
- ٢ - يترك على النار حتى يغث قوامه (أشبه بالعسل الأسود) ويجب ملاحظة تقلبيه آناً فآناً خلال هذه المرحلة منعاً من الاحتراق .
- ٣ - يستعمل للتليع ، وإذا أريد حفظه فيوضع في برطمان ويغلى سطحه بطبقة من السمن ويحكم الغطاء ، وعند الاستعمال يوضع البرطمان في حمام مائي حتى يسهل ثم يستعمل للتليع .

البسطرمة

المقادير :

٢ - ٤ رأس ثوم	كيلو من لحم الفخذة البقرى
١ فنجان شاي ملح ناعم	١ فنجان حلبة مدقوق ناعماً
١ فنجان فلفل أحمر (أرناؤ وطى)	

الطريقة :

- ١ - تلتخب قطعة لحم خاصة بالبسطرمة عرضها حوالى ٨ سم ويمسح بقطعة نسيج نظيفة ثم يعمل بها شقوق سطحية بحيث لا تنفصل أجزاءها تحشى الشقوق بالملح .
- ٢ - تلف جيداً فى ورقة وتثقل بثقل وتترك مدة ٢٤ ساعة .
- ٣ - تشطف بالماء وتعلق مدة ٢ أيام فى الهواء .
- ٤ - يفصص الثوم ويدق جيداً ثم يضاف إليه الحلبة والفلفل الأحمر وقليل من الملح ويدق الجميع ثم يعجن الخليط بالماء عجينة تصالح للتغطية .
- ٥ - تغطى قطعة اللحم صباحاً بالخليط السابق وتساوى وقد يستعان على ذلك ببل اليد بقليل من الماء .
- ٦ - تعلق فى الهواء حتى تجف تماماً (حوالى ٣ أيام) وتستعمل على حسب الطلب .

السجق (رقم ١)

المقادير :

فنجان شاي صغير نيدز أو ١ فنجان خل	كيلو من لحم نخذة ضأن أو بتلو
عنب . أمعاء بتلو رفيعة .	١ كيلو لية مقطعة بالسكين
قليل من البهارات والملح والفلفل .	قليل من الكسبرة المدقوقة ناعماً

الطريقة :

- ١ - تعد الأمعاء كما فى الممبار (ينظر باب اللحوم) .
- ٢ - تفرى اللحم ويخلط بباقي المقادير ويتبل جيداً .

- ٣ - تحشى الأمعاء بالخليط السابق باستعمال القمع أو باليد .
- ٤ - يضغط باليد على الأمعاء المحشوة على أبعاد متساوية قدرها ٨ - ١٠ سم لعمل فراغ بدون حشو .
- ٥ - يؤتى بقطعتين من الأمعاء السابقة المحشوة ويلف الجزء الخالي من الحشو على بعضه لتكوين حلقة محكمة الربط أشبه بالسلسلة .
- ٦ - يكرر عمل الحلقات حتى ينتهى المقدار .

السجق (رقم ٢)

المقادير :

كيلو لحم نخدة ضأن	بصلة صغيرة مفرية ناعماً	١ فنجان شاي خل ، ١ فنجان
أمعاء ضأن رقيقة	ملح فلفل	ماء ، سمن للتحمير

الطريقة :

- ١ - يفرّى اللحم غليظاً ويضاف إليه البصل والملح والفلفل .
- ٢ - تحشى الأمعاء وتجزأ أطوالاً (كالسجق رقم ١) .
- ٣ - تشوى نصف شواء ثم تحمر في السمن .
- ٤ - يصب عليها مقدار الخل والماء وتترك على النار حتى تنضج .

تقشير اللوز

يوضع اللوز المقشور في ماء بارد ويرفع على النار حتى يغلى غلوة واحدة ، ثم يرفع من الماء ويشطف بماء بارد ويقشر .

تقشير الفستق

يصب ماء مغلى على الفستق المقشور ويترك فيه ثلاث دقائق ثم يبلل وتنزع القشرة الرفية .

تقشير البندق

يوضع البندق المقشور في مقلاة حديد ويوضع على نار هادئة مع التقليب أو يوضع في صينية في فرن متوسط الحرارة . يدعك باليد لإزالة القشرة الرفية .

تقشير الجوز

يوضع الجوز المقشور في ماء ساخن وتزال القشرة الرفيعة باحتراس بسكين أو باليد .

اللوز المملح (رقم ١)

يحمص اللوز المقشور (يترك بقشرته البنية الرقيقة) في الفرن ثم يرش بقليل من الماء المالح ويترك ليجف .

اللوز المملح (رقم ٢)

المقادير :

١ - كيلو لوز مقشور ، ٢ معلقة زبد أو زيت سلاطة ، ملح ناعم ، قليل من الفلفل الأحمر

الطريقة :

١ - يقشر اللوز وتزج القشرة الرفيعة بالطريقة السابقة ثم يجفف .

٢ - يحمص في المادة الدهنية تحميراً خفيفاً ثم يصفى جيداً .

٣ - يرش بالملح والفلفل الأحمر ويحمص في الفرن .

تحضير الزبيب

١ - يزال عنق الزبيب ويمسح بقطعة نسيج نظيفة أو ينظف بدعكه بقليل من الدقيق على سطح منخل سلك .

٢ - تزال بذور الزبيب الدربلى والسلطاني ويستعمل كما هو أو يقطع على حسب الصنف

تحضير البقسماط

يقطع الخبز الأفرنجي ويوضع على صينية ويزج في فرن متوسط الحرارة حتى يجف تماماً . يدق ناعماً وينخل ويعبأ في علبه لحين الاستعمال .

عمل الخبز المقدد (توست)

١ - يقطع الخبز الأفرنجي البائت أشكالاً على حسب الطلب (مستديرات أو مثلثات) أو مستطيلات الخ) وتزال القشرة الخارجية الصلبة .

٢ - يوضع في صيلية في فرن متوسط الحرارة حتى يتورد لونه خفيفاً ، أو يوضع تحت الشواية في أفران الغاز أو الكهرباء .

الخبز المحمر

يقطع الخبز الأفرنجي البامت حلقات ، أو مكعبات صغيرة (إذا أريد تقديمه مع الحساء) . تزال القشرة الخارجية الصلبة ويحمر في السمن ثم يرفع على ورقة لامتناس السمن .

الكشك باللبن الزبادى

المقادير :

مقدار من الدقيق يكفى لتكوين عجينة يابسة نوعاً ، سلطانية لبن زبادى كبيرة الحجم
ملعقة ملح ناعم .

الطريقة :

- ١ - يرب اللبن قليلاً ويذاب فيه الملح ، ثم يضاف الدقيق تدريجاً مع التقليب المستمر حتى تتكون عجينة لينية نوعاً ولزجة ، ويترك ليخمر يوماً أو يومين .
- ٢ - تشكل على هيئة قرص وتوضع على لوح مرشوش بالدقيق .
- ٣ - تترك حتى تجف تماماً مع تقليبها مرتين كل يوم .
- ٤ - تحفظ كما هي أو تدق ناعماً ، وتوضع في كيس قماش أو علبة نظيفة .

الكشك باللبن الحليب

المقادير : $\frac{1}{2}$ كيلو لبن حليب ، ملعقة شاي ملح .

مقدار من الدقيق يكفى لتكوين عجينة لزجة (متوسطة اللبونة) .

الطريقة :

- ١ - يذاب الملح في اللبن ثم يضاف إليه الدقيق تدريجاً مع التقليب المستمر حتى تتكون عجينة متوسطة .

- ٢ - تترك حتى تختمر (حوالي أربعة أيام) ثم يضاف إليها قليل من الدقيق وتلت .
- ٣ - تشكل أقراصاً وتجفف وتحفظ كالسابق .

الكشك الصعيدى

مقدار من البرغل ، لبن رائب ، ملح .

الطريقة :

- ١ - يغسل البرغل جيداً ويجفف على منخل أو غربال .
- ٢ - يوضع البرغل فى ماجور اسكندرانى ويغطى بمقدار من اللبن الرائب المملح ويترك وم التالى .
- ٣ - تكرر العملية خمس مرات بإضافة مقدار من اللبن الرائب المملح يكفى لتنظية البرغل .
- ٤ - يشكل الكشك على هيئة كرات صغيرة ويجفف بالطريقة السابقة .

طهى الكشك

- ١ - يذاب الكشك فى قدر من اللبن أو المرق أو الماء م يصفى .
- ٢ - يغلى المرق ويضاف إليه الكشك الممزوج بالسائل مع التقليب المستمر . ويغلى مدة خمس دقائق .
- ٣ - يحمر البصل المفرد غليظاً نوعاً فى مقدار من السمن ، ثم يرفع ويصب السمرة المتخلف على الكشك السابق .
- ٤ - يغرف فى صحون وتترك حتى تهدأ حرارته قليلاً ثم يحمل بالبصل المحمر .

فهرست

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
			(١)
٢٠٢	أرنب بالدسعة . . .		أبو جلابو مسلوقة . . .
٢٠٣	» بالكاري . . .	٢١٠	» سلاطة . . .
٢٠٣	» محمر . . .	٢١٠	» بالكاري . . .
٢٠٣	» نئي (ضلع) . . .	٢٢٢	أرز مسلوقة . . .
٧١٩	» الأرميك . . .	٣٩١	» مفلفل رقم ٣٠٢٠١ . . .
٣١٤	» أسبرج مسلوقة . . .	٣٩٢	» بالطاطم ٢٠١ . . .
٣١٥	» بالصلصة البيضاء . . .	٣٩٣	» بالكلى . . .
٣١٤	» » العريسة . . .	٣٩٤	» بالكبد . . .
٣١٥	» بصلصة الجبن . . .	٣٩٤	» باللحم . . .
٣١٥	» » سيويه . . .	٣٩٤	» بالبازلاء . . .
٢٩٠	» اسفاناخ مسلوقة . . .	٣٩٤	» بالشعرية . . .
٢٩١	» بالخلاصة . . .	٣٩٥	» بالحمام . . .
٢٩١	» بالزيت والليمون . . .	٣٩٥	» بالسمان . . .
٢٩١	» بالصلصة البيضاء . . .	٣٩٥	» معمر . . .
٢٩٢	» بالجبين الرومي . . .	٣٩٦	» بالطيور . . .
٢٩٢	» بصلصة الجبن . . .	٣٩٦	» بالشركسية . . .
٢٩٣	» بيوريه . . .	٣٩٦	الحاج أرز الأبيض . . .
٢٩٣	» مكور . . .	٣٩٧	» » الداكن رقم ١ . . .
٢٩٤	» قالب البيض . . .	٣٩٨	أرز باللبن . . .
٢٩٥	» دقية . . .	٦٢٠	أرنب مسلوقة . . .
٢٩٥	» بالرووس . . .	٢٠٠	» بالصلصة البيضاء . . .
٢٩٥	» أتراس . . .	٢٠١	» مسبك بالخضر . . .
٢٩٦	» قوالب . . .	٢٠١	» بالخضر طاجن . . .
٢٩٦	» قالب . . .	٢٠٢	» بدمعة الدقيق . . .
٢٩٧	» بالبيض . . .	٢٠٢	

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٦٥٢	اللماسية البرتقال الشافة بالفواكه المتنوعة	٣٥٥	سماناخ محشو . . .
»	» شافة غير حلوة . . .	٤٩٨	لكنز بسيط . . .
»	» الدجاج (بالجلاتينا) . . .	٤٩٨	» بالدقيق الأبيض . . .
٦٥٧	» عادية . . .	٥٠٠	» » الأستبر . . .
»	» اللبن البسيطة . . .	٥٠٠	» بلزيب البناني . . .
٦٥٨	» » بروح القهوة . . .	٥٠٠	» » الدربلي . . .
»	» بالشيكولاته . . .	٥٠٠	» بالكريمة . . .
»	» بالكاكاو . . .	٥٠٠	» بالعسل . . .
»	» باللوز . . .	٥٠١	» مصبوب . . .
٦٥٩	» » بعين الجمل . . .	٥٠٢	» » بالعسل . . .
»	» بالكستردة . . .	٣٠٨	» راس الخضرة . . .
٦٦٠	» » بموز الهند . . .	٨٥١	» » الفستق . . .
»	» » اللبن الراقية . . .	٨٥١	» » اللوز . . .
»	» » بالقهوة . . .	٨٥٢	» » البندق . . .
»	» » بالشيكولاته . . .	٨٥٢	» » جوز الهند . . .
٦٦١	» » الليمون . . .	١١٧	» » كلرع مسلوقة . . .
»	» » البرتقال . . .	١١٨	» » بالترية . . .
٦٦٢	» » الفراولا . . .	١١٩	» » بخلطة القدونس . . .
»	» » المانجو . . .	١٣٧	» » بالدهنة . . .
٦٦٣	» » التفاح . . .	٥٥٢	» » كابر . . .
»	» » العنب الأسود . . .	٥٥٣	» » سادة مستدير . . .
٦٦٤	» » العنب الأبيض . . .	٥٥٤	» » على الطريقة الأسبانية . . .
»	» » الليمون بالعنب الأسود والموز . . .	٥٥٥	» » مملح . . .
»	» » الفراولا بالموز والفراولا . . .	٦٤٦	» » اللماسية (الماظية) . . .
»	» » العنب الأسود بالكريز والموز . . .	٦٤٨	» » شافة . . .
٦٦٥	» » العنب الأسود بالموز والعنب . . .	٦٥٠	» » الليمون الشافة (موز:عنب) . . .
»	» » الليمون بالفاكهة المتنوعة . . .	٦٥١	» » » (كريز:موز) . . .
»	» » القراميا . . .	٦٥١	» » البرتقال (موز:عنب:أسود) . . .
٦٦٦	» » الوشنة . . .	٦٥١	» » » (كريز:موز) . . .
»	» » قمر الدين . . .	٦٥١	» » الليمون بالفاكهة المتنوعة . . .

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٣٢١	بصل مسلوقة بالصنعة البيضاء	٥٦١	بسكوت ملح بالبطلطس
"	" مسلوقة فاورما	٥٦٢	" الجين
٣٢٢	" " بمنى	"	" بكريمة السكرنس
"	" محمر	٥٦٣	" بالانفوجة
"	" مشوى	"	" بالبن
٣٥١	" محشو	٥٦٤	" بالكريمة
١٧٣	" مسلوقة	"	" بالسمن
١٩٢	" محمر	٥٦٥	" الميسون
١٩٩	" محشو	"	" الزنجبيل
١٩٧	" رستو	٥٦٦	" بالبهار
٢٨١	بطاطس مسلوقة بقشر	"	" بالشيكلاته
"	" بدون قشر	"	" الأرز
"	" سوتيه رقم ٢٤١، ٣	٥٦٧	" لانكشر
٢٨٢	" بيوريه	٥٦٨	" بشورت برد
٢٨٣	" على الطريقة الإيرلندية	٥٦٩	" أبو فزوة (أصابع)
"	" طاجن	"	" العبد
٢٨٤	" صينية فى الفرن	"	" بالزبيب
"	" صينية بالليور	"	" السكرون فلور
"	" مكورة بالبصاية	٥٧٥	" بالخلب
٢٨٥	" مسنة	٥٧١	" اليانسون رقم ٢٤١
"	" بالدمعة	٥٧٢	" النوشادور رقم ٢٤١
"	" عمر بالطريقة البسيطة	"	" مارى
٢٨٦	" صبح	٥٧٤	" المسكرون
"	" محمر فى السن أو الزيت	"	" سافوى
٢٨٧	" كفته	٥٦٠	بنون صاليه (بسكوت بالكون)
"	" كروك	٤٨٣	" بالخيرة رقم ١
٢٨٨	" ضلع	٤٨٤	" " رقم ٢
"	" رستو	٥٦٧	" بى فور
"	" فى الفرن	٥٦٨	" بى فور بالشيكلاته
٢٩٠	" مموك بالمصاج (صينية)	٣٢٥	" بصل مسلوقة

[illegible]

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٢٨٩	يوريه فريال	٤١٤	بيض مسلوقة جامد
٢٩٠	» البازلاء	٤١٤	» » حجر
٣٢٦	» » الجافة	٤١٤	» بالمانيونيز
٢٨٢	» البطاطس	٤١٥	» بالصلصة البيضاء رقم ٢٠١
٢٩٣	» الاسفاناخ	٤١٥	» اسكندرانى بالطاطم
٣٠٩	» القلقاس	٤١٦	» بالكارى
٣٢٦	» الفاصوليا الجافة	٤١٧	» بالأنشوجة رقم ٢٠١
	(ت)	٤١٨	» بالكريمة رقم ٢٠١
٦٣٠	» تريفل بسيط	٤١٨	» محشو بالمانيونيز
٦٣٠	» بالتشكلاتة	٤١٩	» مسلوقة فى الماء بدون قشر
٦٣١	» بالفلكهة	٤١٩	» » فى اللبن بدون قشر
٦٣١	» للوز مع الفراولا	٤١٩	» » فى الطاطم بدون قشر
٦٣١	» الكريز مع التفاح	٤١٩	» » بدون قشر بالأسفاناخ
٦٣٢	» بالجلى	٤٢٠	» » » بالجبن الرومى
٦٣٢	» » والكسفرة	٤٢٠	» » » فى ابحار
٨٢١	» التسكر	٤٢١	» مفرد على الطريقة الافرنجية
٨٢٢	» البلح السكر	٤٢١	» اسكندرانى شكشوكة
٨٢٢	» التفاح السكر	٤٢٢	» مقلى
٨٢٣	» الكثرة السكر	٤٢٢	» بالبسطرمة
٧٢٣	» التين السكر	٤٢٢	» مقلى بالسجق
٨٢٤	» التسكرات السكر	٤٢٣	» » بالصاج
٨٢٤	» قشر الليمون المهدى السكر	٤٢٣	» بالنول المدمى رقم ٣٠٢٠١
٨٢٤	» البرتقال السكر	٤٢٤	» مقلى أقراص رقم ٢٠١
٨٢٤	» قشر اللارنج السكر	٤٢٥	» اسكتندى
٨٢٣	» مسكر الشمس	٤٢٧	» أقراص بالخضر
٨٢٣	» مسكر الخوخ	٤٢٧	» ضلع
٨٢٣	» اللارنج الأخضر	٤٢٨	» كرات
٨٢٤	» تسكر قشر الموالح للعلوى	٤٣٣	» بالنسماط بالفرن
٧٢١	» تفاح بالقيطة	٤٣٤	» بالطاطم فى الفرن
٢٩٧	» قلية	٦٥٦	» بالجلاتينا رقم ٢٠١

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٤٥٩	جبن بالقشدة . .	٥٥٠	تورنة الليل في رقم ٢٠١ .
٤٥٩	» » الحفينة . .	٦١٦	» الرخام . .
٤٦٠	» » اللبن بالقشدة . .	١٦٢	» البرتقال . .
٤٦٠	» » الزبادى . .	٦١٣	» عين الجمل . .
٤٦١	» » بدون منفعة . .	٦١٤	» الزنجبيل . .
٦٧٩	جرايطة . . .	٦١٤	» الشيكولاتة رقم ٢٠١
٦٨٠	» » الليمون . .	٦١٢	» الأناناس . .
٦٨٠	» » بالبرتقال . .	٦١٥	» البندق . .
٦٨١	» » البرتقال . .	٦١٦	» اللوز . .
٦٨١	» » الماعجو . .	٦١٧	» العرس . .
٦٨٢	» » الشمش . .	٦١٧	» الكرشمس . .
٦٨٢	» » قمر الدين . .	٣١٨	توزلى . . .
٦٨٣	» » المرأولا . .	٣١٩	» على الطريقة الأفرنجية
٢٧٧	حزر مسلوق . . .	٣١٩	» بدون البصلية . .
٢٧٧	» » بالصلصة البيضاء . .	٣٢٠	» بالبصلية رقم ٢٠١ .
٢٧٨	» » سوتيه . .		(ث)
٧١١	جلان طازج أصابع . .	١١٣	تريد اللحم . . .
٧١٢	» » صينية . .	٣٣٣	» بالفول المابت . .
٧١٢	» » أصابع . .	٣٣٤	» العدس . .
١١٣	جلانين اللحم رقم ١ . .		(ج)
١١٤	» » رقم ٢ . .	٦١٨	جانو . . .
١٧٧	» » الدجاج . .	٤٦٢	جانكت . . .
٢١٠	جمبرى مسلوق . . .	٤٦٣	» القهوة . .
٢١٢	» نبيء صيادية ، ناضج صيادية	٤٦٣	» الشيكولاتة . .
٢١٥	» » بالمايونيز . .	٤٦٣	» بالكريمة . .
٢٢٢	» » بالكارى . .	٤٥٥	جبن حالموم . .
٨٦٤	جوز ، كيفية نقشيره . .	٤٥٥	» فريش . .
٨٤٩	جوزية ، جوز هند مسكر . .	٤٥٦	» المش . .
٨٥٠	» جوز هند مسكر ، ملون . .	٤٥٦	» دمياطى . .
٨٥٠	» » بالفول السودانى . .	٤٥٨	» مزلاوى . .

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٤١	الحساء الاسكتلندي . .	٨٥٠	جوزية راقية . . .
»	حساء لحم الضأن . .	٦٨٤	جيلاتى الفراولا . .
٤٢	الحبر . .	٦٨٣	بالكرمة . . .
٤٢	رأس الضأن . .	٦٨٥	الفانيليا بالكستردة الاقتصادية
٤٣	الأرانب . .	٦٨٦	الكستردة بالنشا . .
٤٤	الحضرة المقطعة . .	»	الوز . . .
»	الفول الثابت . .	٦٨٧	الشيكولاتة . .
٤٥	الحساء المخبى . .	»	الأفالتين . . .
»	حساء الخرشوف رقم ١ . .	٦٨٨	القهوة . وجيلاتى التين
٤٦	الخرشوف رقم ٢ . .	٦٨٩	اللبن ، وجيلاتى السحلب
»	كشك الماز . .	٦٨٣	الفستق . . .
٤٧	الكرفس . .	٨٠٠	جيلي
٤٨	البازلاء . .	٨٠٢	اللا رنج . جيلي السفرجل
»	البطاطس . .	»	البشمة . . .
٤٩	أوفروة . .	»	الحريب فروث . .
»	الطماطم رقم ١ . .	»	التفاح الأحمر . .
٥٠	الطماطم رقم ٢ . .	٨٠٣	التفاح الأخضر . .
٥١	الطماطم رقم ٣ . .	»	العنب الأحمر . .
»	القرع رقم ١ . .	»	الرومان ، جيلي الفراولا
٥٢	القرع رقم ٢ . .	(ح)	
»	الحضرة الصفاة . .	٣٦	الحساء
٥٣	العدس البلدى . .	٣٨	الحساء الشاف . .
»	العدس البلدى بالبصلة المحمرة	٣٩	الحساء الشاف بالخضر
»	العدس الأفرنجي . .	»	الحساء الشاف الشتوى
٥٤	البازلاء الجافة . .	٤٠	الشاف بالخضر والأرز
»	الحساء المنقح . .	»	بالمكرونة . .
»	حساء اللحم البقرى . .	»	الأميرة الشاف . .
»	الأرانب . .	٤١	الملكي . . .
٥٦			حساء اللحم المقطع . .

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٦٠٦	حلوى البرتقال	٦٠	حساء الحضر الأبيض
٦٠٦	» الليمون	٥٠	حساء المولدى
٦٠٦	» الزبد	٥٧	» الترية بالبيض والكريمة
٦٠٧	» الزبد بالفانيليا	٥٨	» الترية بالدقيق والليمون
٦٠٧	» بالقهوة	٥٨	» الترية بالبيض والليمون
٦٠٧	» بالشيكولاتة	٥٩	» اللبن . وحساء التبيوكا
٦٠٧	» بالبرتقال	٦٠	» الأكارع رقم ١
٦٠٨	» اللوز	٦٠	» » رقم ٢
٦٠٩	» ملكية	٦١	حساء السمك
٦١٠	» أمريكية	٦١	حساء الحاك الأبيض على الطريقة المصرية
١٧٩	حمام محشو بالفريك	٦٠	» » » الأفريقية
١٨٠	» » بالأرز	٦٢	» » الأذكن المنتشر في السواحل
١٨٤	» بالحضر طاجن	٦٠٠	حشوة اللوز
١٨٥	حمام مسبك بالصلصة البنية	٦٠٠	» الشيكولاتة رقم ٢٠١
١٨٦	» كولباسي	٦٠١	» عين الجمل
١٨٧	» محشو بالحشو الزائف	٦٠١	» الكستردة
١٨٨	» خالي محشو	٦٠٢	» » بالشيكولاتة
١٨٨	» بالكاري	٦٠٢	» بالقهوة
١٨٩	» بالفريك طاجن	٦٠٢	» الأناناس
١٨٩	» بالأرز طاجن	٦٠٢	» الزنجبيل رقم ٢٠١
١٩٠	» محمر	٦٠٣	» البرتقال
١٩٤	» بالسجق « ضلع »	٧٦٢	» حلوة للسندوتش
١٩٥	» مشوى	٧٥٨	» مستعمل للسندوتش
	(خ)	٨٦١	» زائف
٢٩٨	خبازى بورانى	٨٦١	» الصل
٢٩٧	» مطية	٣٤٥	» المحشوات (الحلطة)
٢٧٥	خبز بلدى	٦٠٥	حلوى الماء
٤٧٥	» أفرنكى أبيض	٦٠٥	» الماء بالقهوة
٤٧٧	» أسمر	٦٠٥	» الماء بالشيكولاتة
٤٧٩	» بالفاكهة		

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٣٨٨	خشاف القراصيا . . .	٤٨٠	خبز بالفاكهة راقى . . .
٣٨٩	» البلح . . .	٤٨٠	» باللبن . . .
٣٨٩	» الوشنة . . .	٤٨٠	» فرنسى للساندوتش . . .
٣٢٠	خضر بالكارى . . .	٤٨٦	» دسم . . .
٧٦٠	خليط الجبن بالكسرات . . .	٤٨٢	» فينا . . .
٤٦٧	الحميرة المنزلية وطريقة عملها . . .	٤٨٢	» مملح . . .
٣٣	خلاصة أولى . . .	٤٩٦	خبز بمسحوق الخبز . . .
٣٤	» ثانية . . .	٤٩٨	» الساندوتش باليكنج بودر . . .
٣٤	» ثالثة . . .	٨٦٤	» مقعد (توست) . . .
٣٤	» الطيور . . .	٨٦٥	» محمر . . .
٣٤	» السمك . . .	٢٦١	خرشوق مسلوقة . . .
٣٥	» الخضر . . .	٢٦٢	» بالزيت والليمون . . .
٣٨	خلاصة دكناء . . .	٢٦٢	» بالصلصة البيضاء رقم ٢٠١ . . .
٣٤٦	خلطة المحشوات . . .	٢٦٣	بالترية . . .
	(د)	٢٦٤	خرشوق محشو بالخضر . . .
١٧٣	دجاج مسلوقة . . .	٣٥٠	» » بالعصاج . . .
١٧٥	دجاج بارد . . .	٢٦٥	» مكور . . .
١٧٤	دجاج بارد بالسلطة . . .	٢٦٥	» دقة . . .
١٧٥	دجاج بالترية . . .	٢٦٦	» بالدسمة رقم ٢٠١ . . .
١٧٦	» بالصلصة البيضاء الراقية . . .	٢٦٦	» بالنقطة . . .
١٧٧	» جلاتين . . .	٣٥٤	خس محشو . . .
١٧٨	» شركية . . .	٣٨٣	خشاف التفاح . . .
١٧٨	» محشو بالفريك . . .	٣٨٤	» الكهزى . . .
١٧٩	» محشو بالأرز . . .	٣٨٤	» الحوخ . . .
١٨٨	» محشو بالخش الزائف . . .	٣٨٥	» الشمش . . .
١٨٠	» محلى محشو . . .	٣٨٨	» » الجاف . . .
١٨٢	» محلى محشو بالجلاتين . . .	٣٨٥	» الشليك . . .
١٨٢	» مسبك . . .	٣٨٦	» القرع الاستامبولى . . .
١٨٥	» مسبك بالبطاطس . . .	٣٨٦	» التين . . .
١٨٣	» بدمعة الدقيق . . .	٣٨٩	» التين الجاف . . .

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٢٨٨	رستو البطاطس . . .	١٨٤	دجاج بالدسمة رقم ٢٠١ .
١٦٤	» اللحم المفري النيء .	١٨٦	» ككولباسق . .
١٦٥	» » » المحشو بالبيض	١٨٨	» بالكارى . . .
١٦٥	» » » المحشو بالسجق	١٩٠	» عحمر
٥٠٤	» » » رشة	١٩٢	» بالبيض والبسماط
٥٠٠	» » » رفاق	١٩٥	» بالنقطة . . .
٥٠٣	» » » رفاق صيلة	١٩٦	» مشوى (مكنات)
٨٥٤	» » » روح النعناع	١٩٧	» رستو . .
٥١٩	» » » ريسولز بالعصاج	٦٥٤	» مثلج بالمليونيز
٥١٩	» » » بالعصاج والطحينة	٦٥٢	» بالجلاتينة . .
٥١٩	» » » عحشو بالدجاج	١٧٣	ديك رومى مسلق . .
	(ر)	١٩٨	دبلك رومى عحشو بالجلاتين فى الفرن
٤٤٩	» » » زبنة - طرق عملها	١٨١	» عحلى عحشو بالجلاتين .
٨٦٤	» » » زبيب - كيفية تنظيفه وتجهيزه	١٩٩	» » » باللحم المفري
٧٠٦	» » » زنجبيل بالقرفة مشروب	١٨٧	» ككولباسق . . .
	(س)	١٩١	» عحمر
١٥٤	» » » سجق مقلى		(ر)
١٥٤	» » » بالبيض والبسماط	١١٥	رأس الضأن المسلق رقم ٢٠١
١٥٤	» » » بالنقطة . . .	١١٦	» البتلو . . .
٨٦٢	السجق رقم ١ : مقاديره وطريقة عمله	١١٧	» » » البارد . .
٨٦٣	» » » رقم ٢	١٢٢	» رقة مسلوقة . . .
٧٠٥	» » » سحلب	١٣٧	» رقة بالدسمة . .
٢٣٦	» » » سردين بالزيت والليمون	٣١٠	» رجلة مسلوقة . . .
٢١٤	» » » سلطة السمك رقم ٢٠١	٣١٠	» » بالزيت والليمون
٢١٠	» » » سلطة أبو جلامبو	٣١٠	» بالخلامة . . .
٣٨٧	» » » الفاكهة	٣١٠	» المطمورة (المسكورة)
٣٨٨	» » » البسيطة	١٦٠	رستو عحشو بالحشو الزائف
٣٥٥	» » » سلق عحشو	١٦١	» بالثوم . .
١٧٤	» » » سمعان مسلق	١٦٢	» الضأن بصلصة النعناع
١٧٩	» » » عحشو	١٦٤	» مفري بالنديلى . .

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٢٣٨	سمك موسى في القرن بالمايونيز	١٨٩	بالأرز طاجن . . .
٢٤١	» » في القرن بالصلصة	١٠٨	» ملوق طازج .
٢٣٣	مشوى بالطريقة الشرقية	٢٠٩	» بكلاه .
٢٣٤	» » بالطريقة الأفريقية	٢١١	صيادية » .
٢٣٥	» » الأئمة .	٢١٢	» مايونيز .
٢٣٦	» » بالعصاج والصنوبر .	٢١٣	» » جزلة .
»	» » بالزيت والليمون .	»	» » محاربات .
»	» » بالحشو الزائف .	٢١٤	» » طراطور .
٢٣٧	» » بالبطاطس المشوى	٢١٧	» مسبك أينص (طريقة شرقية)
٢٣٨	» » قالب .	»	» مسبك أينص (طريقة غربية)
٢٣٩	» » في الأصناف .	٢١٨	» مطهى في اللبن .
٢٤٠	» » في القرن بصلصة الطماطم	٢١٩	» » بالبطاطس صينية رقم ١
»	» » على الطريقة الإيطالية	»	» » صينية بالطماطم .
٢٤١	» » مهروس صينية	»	» » بالكاري .
٢٤٢	» » بالطحينة رقم ١، ٢، ٣	٢٢١	» » على الطريقة الفرنسية .
٢٤٣	» » على البخار .	٢٢٣	» » تورلى .
٢٤٤	» » قالب رقم ١، ٢ .	»	» » بالفريك (طاجن) .
٢٤٥	» » بودنج رقم ١، ٢، ٣	٢٢٤	» » مقلى .
٢٥٦	» » سوتيه الفاصوليا .	٢٢٥	» » بالدقيق والماء .
٢٥٨	» » اللويا .	٢٢٦	» » بالنقيطة الرخيصة .
٣٥٩	» » البازلان .	»	» » بالنقيطة الراقية .
٢٧٥	» » القرع .	٢٢٧	» » بالببيض والقسماط .
٢٧٨	» » الجزر .	»	» » بالحضر .
٢٨١	» » البطاطس .	٢٢٩	» » (بساريا) .
٣١٥	» » الأسبرج (كشك ألامز)	٢٢٨	» » بكلاه مقلى .
٣٢٦	» » الفاصوليا الجافة .	٢٢٩	» » كفتة رقم ١ .
٣٢٧	» » اللويا الجافة بالزبد .	٢٣٠	» » كفتة رقم ٢ .
٣٢٦	» » البازلان الجافة .	»	» » كفتة رقم ٣ .
٤٣٧	» » سوفليه الجبن .	»	» » موسى مقلى .
»	» » سوفليه الدجاج .	٢٢٥	» » موسى مقلى .

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٨١٤	شراب التوت . . .	٤٣٨	سوفليه اللحم . . .
»	» الشمس . . .	»	» القنيط . . .
٨١٥	» النعجم . . .	»	» الاسفاناخ . . .
٨١٦	» الحصرم . . .	»	» الجزر . . .
»	» الرمان . . .	»	» البازلاء . . .
٨١٧	» اللوز . . .	»	» السمك . . .
٨١٨	» الوشنة . . .	٤٣٩	» حلوا ساخن . . .
»	» الخروب . . .	»	» حلوا بارد . . .
٨١٩	» التمر هندي . . .	»	» الشيكولاتة، القهوة، الزنجبيل،
»	» الكركديه . . .	»	أبوفروة، الفانيليا، الأناناس
٨٢٠	» الشراب الصناعي . . .	٦٩٢	» مثلج : شيكولاتة قهوة .
١٧٨	» شرابية الدجاج . . .		(ش)
٤٨٧	» شريك . . .	٦٢٩	» شارلوت بالتفاح . . .
٥٧٣	» شكلة اللوز . . .	٦٧٥	» روس . . .
٥٧٤	» جوز الهند . . .	٦٩٤	» شاي . . .
٧٠٤	» شيكولاتة (مشروب) . . .	٧٠١	» بالنعناع . . .
»	» مثلجة . . .	»	» مثلج . . .
٨٥٢	» بسيطة . . .	٧٠٢	» باللبن . . .
٨٥٣	» بعين الحمل . . .	٣٥٥	» شبت محشو . . .
»	» أضعاف بالبسكوت . . .	٨١٠	» شراب للحلوى . . .
	(ح)	٤٩٤	» البابا . . .
٦٤	» أولا - الصلصة البيضاء . . .	٦٧٩	» مكروى للجرايطة . . .
٦٦	» (١) الصلصة البيضاء الغير الحلوة . . .	٨٠٩	» طبيعي (طرق عمله) . . .
»	» صلصة الحين الرومي . . .	٨١١	» البرتقال ٢٠١ . . .
»	» البيض . . .	٨١٢	» اليوسفي . . .
٦٧	» الأشوجة . . .	»	» اللارنج . . .
»	» القدونى . . .	»	» الليمون الهندي . . .
»	» البصل . . .	٨١٣	» الليمون . . .
٦٨	» الملح . . .	»	» الفراولا رقم ١ . . .
	» الصلصة البيضاء بالليمون . . .	٨١٤	» » ٢ . . .

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٨٣	(ب) الصلصات المملحة	٦٨	صلصة المقدونس والليمون
٨٣	الصلصة الهولندية رقم ١ ، ٢	٦٩	» الجبرى
٨٤	» الهولندية رقم ٣	»	» الحردل رقم ١ ، ٢
٨٥	» الألمانية	٧٠	المربوبز الاقتصادية
٨٥	» النورماندية	»	» الكرفس
٨٦	» السويدية	٧١	الصلصة البيضاء الفرنسية (الباشميل)
٨٦	» الانجليزية	»	صلصة بهريز الدجاج رقم ١
٨٧	صلصة المايونيز رقم ١	٧٢	صلصة بهريز الدجاج رقم ٢
٨٧	» رقم ٢ ، ٣	»	(ب) الصلصات البيضاء الحلوة
٨٧	» بالتحلات	»	صلصة الفانيلا
٨٨	رابعا — الصلصات الباردة	»	» الليمون الحلوة
٨٩	(١) الصلصات البسيطة	٧٣	» الشيكولاته
٨٩	صلصة التناغ	»	» القهوة
٨٨	الصلصة الفرنسية	٧٤	ثانيا — الصلصة بالبنية
»	صلصة الحردل	٧٥	الصلصة البنية العادية
٨٩	» الفن الزبادى	»	الصلصة البنية بالحضر
»	» الحل والثوم	٧٧	صلصة السمك البنية
»	(ب) الصلصات الراقية	٧٨	الصلصة الأسبانيولية
»	صلصة المايونيز بالجلى	٧٨	الصلصة الايطالية
٩٠	» الباشميل بالجلى	٧٩	صلصة الارنج
»	الصلصة الأسبانيولية بالجلى	٧٩	» الطيور البنية
»	خامسا — الصلصات الصلبة القسم	٨٠	» السكرى
»	(١) الصلصات الحلوة	٨٨	ثالثا — الصلصة المحتفل فيها البيض
٩١	صلصة الأراوط	»	لتضافه فوامها
»	» الشيكولاته	٨٩	(١) الصلصات الحلوة
»	» الكورن فلور	٨١	صلصة الليمون
»	» الصل	٨١	» شراب الفاكهة
٩٢	» المربى رقم ١	٨٢	» السكرودة رقم ١ ، ٢
»	» رقم ٢ ، ٣	٨٣	» السكرودة رقم ٣
»	» الرملاذ	»	» السكرودة بالقهوة

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
١٩٤	• • ضلع الحمام بالسجق	٩٣	• • • صلصة الرملاذ
٢٠٣	• • • » الأرانب النيء	»	• • • » الليمون
٢٣١	• • • » السمك الناضج ٢٠١	٩٤	• • • » البرتقال
»	• • • » الجبرى	»	• • • » الشمس
٣٤٨	• • • » البطاطس	٩٥	• • • » الكرملة
٢٨٨	• • • ضلة القرع	»	• • • » الشراب
٣٤٩	• • • » الباذنجان الأسود والأبيض	٩٦	• • • » التفاح
٣٥٤	• • • » السكرنب	»	• • • » جوز الهند
٣٥٧	• • • » ورق الغب	»	• • • (ب) الصلصة المملعة
٣٥٩	• • • » منوعة	»	• • • صلصة الخبز رقم ١
	(ط)	٩٧	• • • » الخبز رقم ٢
١٢٦	• • • طاجن اللحم بالخضر	»	• • • » الطراطور
١٢٩	• • • » اللحم باليخنى	٩٨	• • • » الحل بالثوم
١٣٠	• • • » ذيل الثور	»	• • • » الطماطم
١٨٤	• • • » الحمام بالخضر	٩٩	• • • » للطماطم المعروفة بالدمنة
١٨٩	• • • » بالفريك	»	• • • » التركية
»	• • • » بالأرز	١٠٠	• • • » بالجوز والبندق رقم ١
»	• • • » السمك بالأرز	١٠١	• • • » رقم ٢
٢٠٢	• • • » الأرانب بالخضر	٢١١	• • • • صيدية السمك
٢٢٢	• • • » جزل السمك	٢١٢	• • • » الجبرى النيء
٢٢٤	• • • » السمك بالفريك	١٢٢	• • • » الجبرى الناضج
١٦٧	• • • طبق اللحم الناضج		(ض)
٢٢٠	• • • • طحال مسلوقة	١٤٢	• • • • صلح محرق رقم ١، ٢، ٣
٣٢٨	• • • • طعمية بالبقول المدشوش	١٤٣	• • • » اللحم المقرى الناضج
٣٢٩	• • • » » الثابت	١٤٤	• • • » بالمكرونة والطماطم
٨٤٦	• • • • طفي بعين الحمل	»	• • • » بالكارى
»	• • • • » بسيط	١٤٥	• • • » اللحم على الطريقة الفرنسية
٨٤٧	• • • • » روسى	»	• • • » اللحم بصلصة الجبن
»	• • • • » باللوز	١٥٨	• • • • » مشوى
٨٤٨	• • • • » بعين الحمل	١٩٣	• • • • » الدجاج

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٣٣٦	عدس ضلع	٣١٧	طباطم عشوة بالخضر السونية
٣٣٧	د قوالب	د	د بالجبن
د	د بجنة مسلق	٢٥٨	د بالخلطة
د	د بجنة بالزيت والليمون	د	د بالمصاج
د	د مدمس	٣٥٩	د والأرز
د	د عصاج	٢١٥	د بالجبرى
٨٢٥	د عصير الفاكهة (حفظها)	٢١٦	د بالسبك
٨٢٧	د الليمون (حفظه)	٣١٨	د مطبوخة
٤٨٥	د عيش بالقمح	د	د عشوية
٧١٧	د السرايا		(ع)
	(غ)	٣٤١	عاشوراء رقم ٢٠٢٠١
٧٤٣	د غذاء الأطفال	٤٢٨	د صبة
	د أصناف الغذاء الصالحة للأطفال في	د	د فرنسية
٧٤٥	د سمنهم المختلفة	٤٣١	د ملفوفة
٧٦٤	د غذاء الرحلات والأكلات السفرية	٤٢٩	د بالجبن الروى
٧٦٦	د نماذج لأكلات خلوية	د	د بالجبن الروى والطعام
٧٣٠	د غذاء المرضى	٤٣٠	د بالفلفل الأخضر
٧٣٢	د الليمونادة	د	د بالبساطس
د	د ماء الشمع الخفيف	د	د بالعصاج
٧٣٤	د ماء الأرز	د	د محشو بالمصاج
د	د ماء الأرز التخين نوعا	د	د محشو بالكبد والكلاوى
د	د التخين	د	د محشو بالبصل والطباطم
٧٣٣	د شرش اللبن	٤٣١	د محشو بلحم الطيور المقرى
٧٣٤	د اللبن بالصل	د	د لأعجيزية
د	د قصب القوكة — البرتقال	٤٣٢	د بصرية رقم ٢٠١
د	د المنب ، المانجو ، التفاح	٤٣٣	د أسبانيولية
٧٣٥	د العرقسوس	٣٣١	د بالفول المدس
د	د التمر هندي	٣٣٥	د قس مطبوخ
د	د السكر كديه	د	د مطبوخ
د	د بذر السكتان	٣٣٦	د مطبوخ بالأرز رقم ٣٠١

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٥٦٨	غريبة	٧٣٥	التليو
	(ف)	»	للكراوية واليانسون والحلبة
٢٥٥	فاصوليا خضراء مسلوقة	٧٣٦	مشروب البيض
»	» » » بالحلاصة	»	» البيض بالصودا
»	» مسلوقة بالزيت والليمون	»	» الكستردة
٢٥٦	» بالصاصة البيضاء	٧٣٧	» عصير اللحم رقم ١، رقم ٢
»	» سوتيه	»	» الدجاج
٢٥٧	» مكهورة بالبصلية	٧٣٨	» الأواروط
»	» مكهورة بدون البصلية	»	» حساء الكنكوت
٢٥٨	» دقية	»	» المراجع البارد
٣٢٥	» بيضاء جافة مسلوقة	»	» المشويات
٣٢٦	» » » بالزيت والليمون	»	» قالب الدجاج رقم ١ و ٢ و ٣
»	» » » مكهورة	٧٣٩	» الماسية البيض
٦٢٢	» فالودج اللبن	»	» سمك بالكستردة
٦٢٥	» » » الليمون	٧٤٠	» بودنج الأواروط
»	» » » البرتقال	»	» تفاح مملوكة بالكريمة
٦٢٦	» » » بالوظة	٧٤١	» البوردج
٧٣٩	» فريك مغفل	»	» معمول بأصناف غذاء المرضى والتاقهين
	» مطبوخ باللحم - بالبصلية	٧٤٢	» نماذج لعداء التاقهين
	» » » بالحمام طاجن	٧٤٣	» غذاء النباتيين
٢٢٤	» » » بالسك طاجن	٧٤٥	» كرات الجبن
٥١٠	» » » الفطائر	»	» منع البندق
٥١٢	» ١ - فطير بالدهن	٧٤٦	» الب البندق
٥١٤	» ٢ - » » بسيط	»	» بطاطس محشوة
٥٣١	» ٣ - » » دسم رقم ١	٧٤٧	» ات أبو قروة بالبطاطس
٥٤٠	» ٤ - » » دسم رقم ٢	»	» البيض الأسكلندي بالعدس
٥٤٢	» ٥ - » » » ٣	٧٤٨	» جدول بأصناف غذاء النباتيين
٥٥٢	» ٦ - » » » الشو	٨٢٩	» نماذج لأكلات النباتيين
٥١٥	» الفطير البسيط بالجبن	١٧٣	» خر مسلوقة
٥١٦	» الفطير المحشو باللحم والبطاطس	١٧٩	» » » » محشو

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٥٣٠	فلان بالبرتقال	٥١٤	الفطير البسيط الحلو ، المحشو
»	» بالجزر البورية	٥١٨	» المحمر المحفو بالدهم (ريسولز)
»	» بالقرع الصلي	٥١٩	فطير ريسولز بالمصاج
٥٣١	» بالسك والحضر	»	» » » والملحينة
»	» بالمابوليز	»	» » » محفو بالدجاج
٥٣٢	فطير دسم عشو	»	فطيرة التفاح
٥٣٣	» عشو بالمحرق	٥٢٠	» بالارائج
»	» السك	٥٢١	الفطير بالدهم والحضر (قالب)
٥٤٤	» الملق	٥٢٧	» بالدهم (طبق)
»	» » بالمربي	٥٠١	» بالمربي
٥٣٤	» بالدهم بالكاري	٥٢٢	» بالشيكولاتة (طبق)
»	الفطير بالدهم والكلبي (طبق)	»	» بحوز الهند (طبق)
٥٣٩	» بلحم الجبل (طبق)	٥٣٣	» بالبرتقال
٥٢٧	» بالدهم والكاري	»	فطيرات الفطير البسيط
»	» بالحضر	»	» الفوز
٥٣٨	» بالطيور	٥٢٤	» الشيكولاته
»	» بالفاكهة المحفوظة	»	» التفاح بالكريمة
٥٤٠	» بلحم الغزال	٥٢٥	» الفاكهة
٥٤٧	فطير بالتفاح	»	» المربي
٥١٧	» » الصحيح	»	» بالمربي وخليط الكمك
٥٣٩	فراجليس	٥٢٦	» عشو بالشكلمة
٥٤٣	فطير بالمربي والكريمة (ساندوتش)	»	» ساخنة بالجبن
٥٤٥	» أصابع عشو	٥٢٧	» السك
٥٤١	» أصابع بالدجاج	٥٤٠	الفطير الدسم رقم ١
»	» رقم ٢ بالفاكهة المسكرة (طبق)	٥٤٨	» عسوة
٥٤٢	فطيرات الفطير الدسم رقم ٢	٥٤٨	» عسوة بالأنثوجة
٥٤٢	» » » » ٣	٦٥٤	» الحام بالملاتينه
٥٤٦	فطير بالشيكولاته طبق	٥٢٨	فلان « Flan »
»	» أصابع حلوة محفوة	٥٢٩	» بالتفاح
»	فطير أصابع مملحة عسوة	٥٣٠	» الشيكولاتة

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٣٣٠	فول مدمس بالتقليية	٥٥٩	فطيرة الفولتان
٣٣١	» » » » نابت	٥٥٠	» » » » والمشمش
٣٣٢	» » » » مسلوقة	٤٩٠	» » » » الرحمة
»	» » » » مقلى	٤٩٩	» » » » بالعجوة
»	» » » » فولية	٤٩٢	» » » » بالعجمية (كحك صعيدى)
	(ق)	٥٠٣	» » » » مقلى
٧٠٢	» » » » تهوة تركية	٥٠٤	» » » » مقلى محشو
٥٠٢	» » » » على الطريقة الأوربية	٣٠٧	» » » » مطبق
٧٠٣	» » » » مثلجة	٦٤١	» » » » الدهن المحشو للقفز
٥٠٤	» » » » فادوسية	»	» » » » الدهن الملقوف فى الفرن
١٦٦	» » » » قالب اللحم الناضج رقم ٢٠١	٣٠٣	» » » » فلفل أخضر مسلوقة
١٦٨	» » » » » » على البخار	٣٠٤	» » » » بالصلصة الفرنسية
١٦٩	» » » » » » النوى	»	» » » » مقلى
١٧٠	» » » » » » بالأكرونة	٣٣٠	» » » » محشو
٧٣٨	» » » » » » الدجاج رقم ٣٠٢، ٢٠١	٨٥٥	» » » » فندان الجوز
٦٥٢	» » » » » » الجلاتينا بالدجاج	»	» » » » الجوز بالكريمة
٦٥٣	» » » » » » باللحم	٨٥٦	» » » » أمريكانى
٢٤٤	» » » » » » السمك رقم ٢٠١	»	» » » » فرنسى
٦٥٣	» » » » » » الجبرى بالجلاتينا	٨٥٧	» » » » فرنسى بالشيكلاتة
٢٩٦	» » » » » » الأسفاناخ بالبيض	»	» » » » الازر بالطريقة التقليدية
٧٢٦	» » » » » » قالب البندق	٨٥٨	» » » » محشو بالمربي
٦٢٣	» » » » » » الكورن فلور	٣١٦	» » » » فول أخضر مسلوقة
»	» » » » » » بالشيكولاتة	»	» » » » باتريرت والليمون
»	» » » » » » الأرز الطحون	»	» » » » مكور بالصلية
٦٢٤	» » » » » » اللبن	»	» » » » مكور بدون البصلية
»	» » » » » » لفافكة	»	» » » » بالخضرة رقم ٢٠١
»	» » » » » » الليمون	٣٣٠	» » » » فول مدمس
٦٢٨	» » » » » » بودنج الحبز بالليمون	»	» » » » بالبيض
٦٧٠	» » » » » » الكريمة بالألماسية	»	» » » » بالطماطم
٦٧٥	» » » » » » الشاروت روس	»	» » » » بالصاج

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٢٠٩	قلقاس مملوك . . .	٧٠٩	قالب الأرز باللبن والقراصيا .
»	قلقاس مسقعة بالدمعة . . .	٧١٠	قالب الأرز بالكزامله .
٨٦١	قلية التليبع . . .	١٣٠	قاورمة اللحم . . .
٧٠٨	قمر الدين . . .	٣٤٩	قثاء محشو بالأرز والفريك .
٢٦٩	قنيط مسلوق . . .	٤٩١	قراقيش . . .
٢٧٠	» بالزيت والليمون . . .	٤٤٦	القشدة — طرق فرزها الخ .
»	» بالصلصة البيضاء . . .	٤٨٧	قرص بسطة . . .
٢٧١	» مطمور . . .	٤٨٨	» بالفاكهة السكرية . . .
»	» مسقعة . . .	٥٨٩	» بالبهارات . . .
٢٧٢	» بالبيض . . .	٢٨٦	» الشاي . . .
»	» محمر . . .	٢٧٣	قرع مسلوق . . .
٢٧٣	» بالبيض والبساط . . .	٢٨٤	» بالخلاصة . . .
»	» بالنقطة . . .	٢٢٤	» بالزيت والليمون . . .
	(ك)	»	» بالصلصة البيضاء . . .
١٣١	كاري باللحم النيء . . .	٢٧٥	» سوتيه . . .
»	كاري باللحم الناضج . . .	»	» مكهورة بالبصاية . . .
٦٩٠	كاساتا . . .	٢٧٦	» مكهورة بدون البصلية . . .
»	كاساتا الفواكه السكرية . . .	»	» مسقعة . . .
»	» بالكريمة واللوز . . .	٢٧٧	» مقلى . . .
٦٩١	» فرنسية . . .	٢٧٦	» على الطريقة السورية . . .
٦٩٢	» الشيكولاتة . . .	٣٤٦	» محشو . . .
٦٩١	» البودنج الثلج . . .	٣٤٧	» محشو بالعصاج رقم ٢٠١ . . .
٦٩٢	» متنوعة . . .	٣٤٨	» ضلّة . . .
٧٩٣	كالكور رقم ٣٠٢٠١ . . .	٧٢١	» على صينية . . .
٧٠٤	» منلج . . .	٧٠٥	قرقة (مهروب) . . .
٣٥٩	كافخ (سلطة) . . .	٧١٣	قطايف . . .
١٧٢	» البطاطس رقم ٣٠٢٠١ . . .	١٥٦	قلب محمر . . .
٣٦٣	» البنجر رقم ٣٠٢٠١ . . .	١٦٣	قلب محشو . . .
٣٦٤	» الطعينة . . .	٣٠٧	قلقاس بالسلق أو بالحضرة . . .
٣٦٥	» بالصل . . .	٣٠٨	قلقاس بالسلق . . .

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٢٧٥	كامخ البجاج	٢٦٥	كامخ الطعنة بالصل بالخل
•	•	•	•
•	•	•	•
•	روسي رقم ٢٠٩	٢٦٦	بالاذنجان
٢٧٧	•	•	•
•	سيني رقم ٢٠١	•	بالباجنوج
٢٧٩	•	•	•
•	شتوي رقم ٣٠٢٠١	•	الباذنجان الأسود
٢٧٦	•	•	•
•	لبطاني	٢٦٧	البن الزبادي
•	•	•	•
٢٧٧	(قالب)	•	الحيار
•	•	•	•
١٢٩	•	•	البن الزبادي بالحيار
•	•	•	•
١١٩	•	•	الأسفناخ
•	•	•	•
١٥٠	•	•	الروحة
•	•	•	•
١٥٩	•	•	الشيكوريا
•	•	•	•
١٣٤	•	•	القاصوليا الخضراء
•	•	•	•
•	•	•	القاصوليا البيضاء الجافة
•	•	•	•
١٥٧	•	•	البازلاء رقم ٢٠١
•	•	•	•
١٦٨	•	•	الفرع
•	•	•	•
١٩٦	•	•	الخرشوف رقم ٢٠١
•	•	•	•
١٩٣	•	•	القنبيط رقم ٢٠١
•	•	•	•
•	•	•	السكرب
•	•	•	•
٧١٠	•	•	الخنس
•	•	•	•
٨٥٤	•	•	البني رقم ٣٠٢٠١
•	•	•	•
٤٨٩	•	•	الطاطم رقم ٣٠٢٠١
•	•	•	•
٣٠٤	•	•	•
•	•	•	•
٣٥١	•	•	•
•	•	•	•
٣٠٥	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•
١١٨	•	•	•
•	•	•	•
•	•	•	•
١٢٠	•	•	•
•	•	•	•
١٢٥	•	•	•

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
٥٩٧	حكك الجنواز بالقهوة	٥٨٠	كمك الزنجبيل
»	» سويسرول رقم ٣، ٢، ١	٥٨١	» » بالفا كية
٥٩٩	» » بالشيكولاتة	٤٩٢	» » العيد رقم ٢، ١
٤٩٥	» » البابا بالزبيب	٥٨١	» » البرتقال
١٣٩	» » كفته اللحم	٥٨٢	» » الزبيب بدون بيض
»	» » بالكبد	»	» » بالعسل الأبيض بدون بيض
»	» » بالتصميط	٥٨٤	» » الفا كية (طريقة دسمة)
١٤٠	» » بالأرز المدقوق	٤٨٥	» » الكريز
١٤١	» » بالعصاج	»	» » الأرز
»	» » بالأرز السلوق	٥٨٦	» » الشيكولاتة
»	» » الناضج	»	» » الجوز
١٥٩	» » مشوية	٥٨٧	» » جوز الهند (طريقة دسمة)
»	» » بالتراب	»	» » اللوز
١٥٣	» » الملح	»	» » الرخام
٢٨٧	» » البطاطس	٥٨٨	» » القهوة
١٩٣	» » الدجاج	»	» » البرتقال
١٩٤	» » الديك الرومي	٥٨٩	» » ماديرا
٢٢٩	» » السمك رقم ٣، ٢، ١	»	» » النيرة
٢٣٠	» » بالنقطة	٥٩٠	» » الملسكة
٢٣٢	» » الجبرى	»	» » الورد
١٥٦	» » كلاوى محمرة	٥٩١	» » السكورن فلور
١٥٩	» » مشوية رقم ١	»	» » صغير بالجوز والقهوة
١٢٨	» » كمونية اللحم	٥٩٢	» » الجوز بالشيكولاتة
٢٢١	» » السمك	٥٩٣	» » عيد الميلاد (كرمس)
٧١٣	» » كنافة فى القرن أصابع	٥٩٤	» » العرس
٧١٤	» » محمرة أصابع	٥٩٥	» » أسفنجى صغير
»	» » ملفوفة	»	» » ساندوتش
٧١٥	» » صينية رقم ١	٥٩٦	» » الملاك
٧١٦	» » رقم ٣، ٢	٥٩٧	» » الجنواز
»	» » كنافة ملفوفة بالتشدة	»	» » بالشيكولاتة

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
١٦٤	لحم مفروم بالتدليل	١٨٦	حكولي يمشي المجلج
»	لحم نجي (دستو)	١٨٦	» الحمام
١٦٥	لحم مفري بالسجق (دستو)	١٨٧	» الديك الرومي
»	لحم مفري محشو بالبيض	(ل)	
١٦٧	لحم ناصح (قالب)	٤٦١	لبن زبادي
»	لحم » (طبق)	١١٣	لحم جلاتين رقم ٢٠١
١٦٨	لحم » على البخار (قالب)	٦٥٣	لحم بالجلاتينا
١٧٠	لحم » بالمكرونة (قالب)	١١٢	لحم مسلوقة
١٦٩	لحم » بارد	١٢٧	لحم بالتريه
٦٥٥	لحم » متلج صلصة الطاطم	١٣٣	لحم مسبك بالتريه
١٢٠	لسان مسلوقة	١٢٤	لحم مسك مضغوط
٥٥٥	لقمة الفطير بالجبن	١٢٥	لحم بالصلصة البنية
٧١٨	لقمة القاضي	»	لحم صلصة الطاطم
٢٥٨	لوي خضراء مسلوقة	١٢٨	كوبية
»	» مسلوقة بالخلاصة	»	لحم بالسمعة
»	» مسلوقة بالزيت والليمون	١٠١	لحم بالكارى
»	» بالصلصة البيضاء	١٦٣	لحم محشو
»	» سوتيه	١٢٧	لحم محشو بالحشو الزائف
»	» مكورة بدون البصلية	١٣٢	لحم محشو بالعصاج والصنوبر
»	» مكورة بالبصلية	١٣٣	لحم محشو باللبنة والثوم
»	» دقية	١٣١	لحم صحيح محشو بالسجق
٣٢٧	» جافة مسلوقة	١٣٢	لحم صحيح محشو بالحشو الزائف
»	» جافة بالزيت والليمون	١٢٨	لحم محمر ٢٠١
»	» مكورة	١٥٨	لحم مشوى
»	» بالسلق	١٦١	لحم رستو بالثوم
٨٦٠	لوز أو بندق بالسكر ملته	١٦٢	لحم » صلصة النعاج
٨٦٤	لوز مملح رقم ٢٠١	١٦١	لحم » محشو بالبيض
٨٦٠	حكيمة نقشير اللوز	١٦٠	لحم » » بالحشو الزائف
(٢)		١٦٢	لحم » »
٨٦١	متمفرقات		

الصفحة	الموضوع	الصفحة	الموضوع
١٣٦	مع مسك بالصلبة البيضاء .	٣٤٣	المحتويات
١٥١	» » » » » حجر	٣٤٦	محتويات الورق
١٥٢	» » » » » بالبيض رقم ٢٠١	٣٤٧	» » » » » بالمصاح رقم ٢٠١
»	» » » » » بالعجة	٣٤٨	» » » » » ضلة
»	» » » » » بالبيض والبقع	»	» » » » » بلذئجان أسود
١٥٣	» » » » » بالنقطة	٣٤٩	» » » » » ضلة
»	» » » » » كفتة	»	» » » » » أبيض
٨٣٠	» » » » » غزل اللقت رقم ٢٠١	»	» » » » » ضلة
٨٣١	» » » » » الفلفل ، الحيار ، الجزر ، البصل	»	» » » » » القاء
»	» » » » » الباذنجان الأسود	٣٥٠	» » » » » القاء بالفريك
٨٣٢	» » » » » الليمون	»	» » » » » الحيار
٨٣٣	» » » » » الزيتون الأخضر رقم ٣٠٢٠١	»	» » » » » الحرشوف
٨٣٤	» » » » » المحشو	»	» » » » » الفلفل
٨٣٥	» » » » » الأسود	٣٥١	» » » » » البصل
»	» » » » » الكرب	»	» » » » » الكرات رقم ٣٠٢٠١
٨٣٦	» » » » » الحيار الرفيع الأفرنجي	٣٥٢	» » » » » البطاطس رقم ٥٠٢٠١
٨٣٧	» » » » » الفاصوليا	٣٥٣	» » » » » الكرب
»	» » » » » القنيط رقم ٢٠١	٣٥٤	» » » » » الكرب ضلة
٨٣٨	» » » » » القنيط والبصل	»	» » » » » الحس
٨٣٩	» » » » » البصل على الطريقة الأفرنكية	٣٥٥	» » » » » ورق السلق
٨٤٠	» » » » » الكومة	»	» » » » » ورق الأسفناح
»	» » » » » الحرشوف	»	» » » » » الثبت
٨٤١	» » » » » الكرب الأحمر رقم ٢٠١	٣٥٦	» » » » » ورق المغب رقم ٢٠١
٨٤٢	» » » » » البنجر	٣٥٧	» » » » » ورق المغب ضلة
٨٤٤	» » » » » مشكل بالمستردة	»	» » » » » ورق الغنبل على الطريقة الشامية
٨٤٥	» » » » » البيض	٣٥٨	» » » » » الطماطم
٨٤٤	» » » » » المستردة	»	» » » » » الطماطم بالمصاح
٦٢٠	» » » » » مرايح	٣٥٩	» » » » » الطماطم بالمصاح والأرز
٧٨٣	» » » » » المرنى : أقسامها	»	» » » » » الضلة المتنوعة
٧٨٤	» » » » » القواعد العامة لعملها	١١٩	» » » » » لوق

الصفحة	الوضع	الصفحة	الوضع
٨٠٨	مرملاد البرتقال والليمون الأصاليا	٧٨٧	مرابي الفراولا رقم ١ . .
٢٥٤	المسقة	٧٨٨	» » بالتفاح . .
٢٧١	مسقة القنيط . .	٧٨٩	» » التوت . .
٢٧٢	» » بالبيض . .	»	» » التين . .
٢٧٦	» » القرع . .	»	» التفاح رقم ٧، ١ . .
٢٧٨	» » الباذنجان . .	٧٩٠	» » السكرى . .
٢٨٥	» » البطاطس . .	»	» » السفرجل رقم ٢، ١ . .
٣٠٩	» » القلقاس . .	٧٩١	» » الشمس الطازج رقم ٢، ١ . .
٧٥٠	» » مشهيات . .	٧٩٢	» » الخوخ . .
»	» » الزيتون الأسود والأخضر . .	»	» » البرقوق . .
»	» » الأخضر بالأنشوجة . .	»	» » الكرز . .
٧٥١	» » السردين ، الطاطم ، الحيار ، المحلات . .	»	» » الجزر . .
٧٥٢	» » البسطرة ، الرنجة ، التونة ، الأنشوجة . .	٧٩٣	» » الجزر المفري . .
»	» » الحيز بالأنشوجة . .	»	» » الجوافة . .
»	» » البيض ، البطاطس ، الكافيار - . .	٧٩٤	» » البلح رقم ٢، ١ . .
٢٧٥	» » السكاخ الروسي . .	٧٩٥	» » القرع العسلي رقم ٢، ١ . .
٣٩٩	» » مكرونة مسلوقة . .	٧٩٦	» » الشمس الجاف . .
»	» » بالربد على الطريقة الإيطالية . .	٧٩٧	» » الوشنة . .
٤٠٠	» » بالجين والطاطم . .	»	» » الطاطم الخضراء . .
»	» » بصاصة الطاطم . .	»	» » السمكوات . .
»	» » اصاصة البيضاء . .	٧٩٨	» » اللارنج . .
»	» » والجين رقم ٢، ١ . .	»	» » البرتقال . .
٤٠١	» » والبيض . .	٧٩٩	» » الفاكهة المنوعة . .
٤٠٢	» » الاقتصادية . .	»	» » الورد . .
»	» » على الطريقة الفرنسية . .	٨٠٤	» » الرملاد : صفاته ، وطريقة عمله
٤٠٣	» » بالطاطم والعصاج . .	٨٠٦	» » مرملاد اللارنج الرائق . .
»	» » في القرن . .	»	» » اللارنج . .
»	» » بانجلاش (قالب) . .	»	» » البرتقال . .
٤٠٤	» » بالبيض والبصايط (صينية) . .	٨٠٧	» » الجريب فروت . .
»	» » مغلفة . .	٨٠٨	» » الليمون الأصاليا . .

تم بحمد الله
طبع كتاب « أصول الطبى »
القاهرة

رقم الإيداع ١٩٧٩/٢٩٨٦
الترقيم الدولي ٨ - ٦٩ - ٧٠٠١